



1月24日(土) 麴甘酒でノンシュガースイーツ作り

こんにちはメイちゃんです♪

環境学習講座「麴甘酒でノンシュガースイーツ作り」を開催したよ！

講師の先生はいわて地域脱炭素推進員の伊藤信子さんです。

先生の自己紹介では、岩手に来た理由、様々な経験から得た食生活が現在の活動に繋がっていることを聞いたよ。さらに、砂糖の原材料であるサトウキビ栽培による環境破壊や汚染、人権問題、砂糖による健康への悪影響を聞いて、色々考えるきっかけになったよ。

今回作るのは甘酒の甘さを活かしたスイーツ♪健康に気をつけたいけど甘いものも食べたい！多くの方が直面したことのある悩み。先生が予め用意していただいた甘酒を先に試食してみると、その甘さにびっくり！今回はこれを使ってパンケーキとアイスを作ったよ。手順は簡単。基本の甘酒の作り方をレクチャーしてもらい、家庭でも作れそうだったね！

とっても美味しくいただきました！

講師の伊藤先生、参加の皆さん、ありがとうございました。

