

神戸名店・シェフたちが “食”の喜びと大切さを 子育て世帯へ届ける



神戸市健康局健康企画課(食育・栄養指導担当)



コム・シノワ



サ・マーシュ



ラ メゾン ドゥ グラシアニ



老祥記

(五十音順表記)

冬休み篇として、
市内のシェフたちから、子育て世帯のみなさんにエールを！
温かな思いが詰まったレシピが届きました。

コロナ禍で、お家時間が多くなり、子育て世帯の保護者は家事負担が増えています。特に成長期の子どもには、栄養バランスも考えた食生活が求められます。

そこで、神戸市健康局健康企画課が中心となり、子ども達の健全な成長をサポートすることを目的に「簡単で栄養バランスがいい」食事のレシピを子育て世帯のみなさんへ配信する「KOBE子育て応援レシピ」プロジェクトを2021年3月スタートしました。

これまでもwithコロナKOBE応援プラットフォームがマッチングをサポートし、地元・神戸の食品関連企業等の協力を得て、春休み・GW・夏休み篇とレシピをお届けしています。

今回も応援プラットフォームとコラボし「子育て世帯の応援」として、市内のシェフ4名にレシピを考案いただきました。

地元シェフ達からの「こんなときだからこそ、おうちでお子さんと季節を味わってほしい」「食の喜びや大切さを家族で共有してほしい」「楽しく工程を共有して、食に興味を持ってもらいたい」という温かな思いの詰まったレシピとなっています。

2021年12月17日(金)より、子育て応援レシピページにて、
レシピ動画の公開が始まります。ぜひ、お家でお店の味を体験してください。



レシピ動画はこちらから
これまでのレシピもチェックできます



<https://kosodate-recipe.city.kobe.lg.jp>

冬休み篇レシピ提供にご協力いただいたシェフからのメッセージ

コム・シノワ 荘司 素シェフ

神戸でお店を初めて35年、スタッフのまかない料理で人気の塩鮭とショートパスタのグラタンは、とても簡単に作れて美味しい料理です。
塩鮭でなくてもチキンやエビ、ホタテ貝などを使って作ってもとても美味しく、おすすめです。
小麦粉の代わりにジャガイモから出るでんぷん質をとろみで使うことで簡単にできるグラタンです。

素材の自然な味・香りを大切にして、家族で食の喜びを共有しましょう。
「食卓には笑顔」これが1番大切。
台所から流れる音・香りがふわっと部屋を包み込むのが幸せの扉です。

荘司 素シェフ考案

- 1) イベントにぴったりごちそうメニュー「豚ロース肉のローズマリー風味焼き」
- 2) ホワイトソースなしで簡単! 「ショートパスタと塩鮭のグラタン」
- 3) 乾物の旨味を味わう「干鰯とじゃがいもの小鍋スープ」
- 4) 鶏からきちんとだしをとる「鶏手羽肉とお野菜のブイヨン煮込み」



サ・マーシュ 西川 功晃シェフ

子育て世帯の親御さんや小さい子供さんに、美味しい食を体験できる提案がしていけたら良いなと思い、参加しました。「お値段は安く・栄養のある・手軽に」というテーマの中で、季節感に合わせた2つのメニューを考えました。

1つはクリスマスにおすすめのメニューです。
少し古くなって硬くなってしまったパンを水につけてアルミホイルに包んで焼けば、フワフワの蒸しパンのようによみがえります。オレンジジュースなどでもアレンジできますし、お子様もご年配の方も食べやすく、ファミリーで工夫しながら楽しめます。

もう一つは、ハードトーストのようなシンプルなパンにおかゆを浸し、しみこませたものをフライパンで焼きます。大根餅の物凄くもちもちの全く違ったテイストになります。

コロナ禍で家庭の中でのみなさんの過ごし方が色々と考えられるなかで、家族みんなでワイワイと“食”を大切にしていだけるようなメニューが提案できたのではないかと考えています。

西川 功晃シェフ考案

- 1) 食べてびっくりもちもち食感! 「おかゆトースト」
- 2) 硬いバゲットがふわふわに「パンポット」



冬休み篇レシピ提供にご協力いただいたシェフからのメッセージ

ラメゾンドウ グラシアニ 土肥 秀幸シェフ

コロナになってご家庭で食事をするのがとても増えたと思います。今回のお話をいただき、より簡単で安価に、楽しく料理を作ることが出来れば、お家で継続的に楽しんでいただける。そして、そのような経験を通して、料理人を目指す、次の世代にもつなげる機会になっていくのではないかと思います、参加しました。

メニューを考えるにあたり、スーパーで売っているお魚の切り身の姿がそのまま思っている子がいると聞き、生きているものからさばいて作ることを紹介したくお魚料理を1つ考えました。作る過程から食べるまで楽しんでいただけると嬉しいなと思います。

僕自身子どもがいるので感じるのですが、組み立てていくようなことは子どもたちはみんな興味を持っていると思います。料理もまさにそうで、すこしずつパーツを組み合わせて作っていくのを楽しんでいただくきっかけになれば嬉しいです。小さな時から楽しい体験として作ること・料理を体験してもらいたいので、是非子どもたちに動画を見て欲しいです。

土肥 秀幸シェフ考案

- 1) プロが教える！「魚のさばき方&だしの取り方」
- 2) 魚介の旨味たっぷり「コトリヤード」
- 3) 特別な日に作りたい！「若鶏のキエフ風」



老祥記 曹 祐仁さん

創業106年豚饅一筋のお店でしたので、豚饅をアレンジすることはほぼなかったのですが、2020年4月ごろ、外出がままならない中、どうやってお客様に豚饅の良さを発信し、楽しんでいただけるかを考える中、社内で豚饅をアレンジして楽しむ「チャレンジレシピ」の企画を実施したことがきっかけとなりました。豚饅をお野菜に合わせたり、洋食にしたりとテイストが違うものに変化させることで美味しく食べられるのではないかと社員の中から提案があり、また一般の方からもアレンジレシピを公募して、コンテストが実施できるほどの広がりを見せ、私自身も社員もとても嬉しく感じています。

今回、社員が考案したレシピから季節感に合わせ、お雑煮風豚饅と、豚饅の卵あんかけの2種のメニューを提案しています。豚饅にお出汁やお野菜を加えることで、より栄養価を考えたレシピになっていると思います。

このレシピは豚饅を購入することから始まるので、いろんな店舗で職人たちが丁寧に作る作業を見て肌で感じて、そしてお家でも一工夫アレンジをして楽しんでいただき、ご家族のコミュニケーションのきっかけになれば、職人冥利につきます。

老祥記の社員さん考案

- 1) 来年のお正月にいかがですか？「お雑煮風焼き豚まん」
- 2) 寒い冬にぴったり！「蒸し豚まんのたまご餡掛け」

