

## 牛乳レシピ、酪農家から発信しよう ～中央酪農協議会 ミルク料理教室～

神奈川県中央酪農協議会（事務局：全農かながわ畜産事業センター）は、牛乳乳製品の消費促進や牛乳料理の普及に向け、11月24日、会員向けに、関東生乳販連の補助事業を活用した「ミルク料理教室」を雪印メグミルク(株)海老名工場クッキングルームで開いた。

酪農家や酪農関係者が牛乳や乳製品を使った料理を学び、地域の集会や料理教室などで自ら消費者向けに発信する事で、牛乳や乳製品の消費を底上げしようというもので、当日は県下6地区の酪農家やその家族、友人、関係者など計24名が参加した。

「キューピー3分クッキング」の講師や「朝日新聞料理メモ」の執筆などで知られる、料理研究家の田口道子さんが、ミルク料理3品の調理手順やポイントを説明し、参加者は班ごとに協力しあい調理実習を行った。実習で使用する牛乳や乳製品は、雪印メグミルク(株)が提供した。田口講師は、「牛乳は様々なミネラルや栄養分に加え、豊かな風味を持つため、塩分控えめに仕上げても美味しく、減塩料理に向く。肉じゃがなど和食にも合う」と紹介し、「大人になると牛乳を飲む機会は自然と減るが、料理に牛乳や乳製品を取り入れる習慣を身に付ければ、体に負担なく牛乳の栄養を摂取できる」と結んだ。

参加した酪農家からは、「スライスチーズとサーモンを重ねた『手まり寿司』」は、見た目も良くおもてなし料理に合う」「『ソーセージと野菜のトマト煮込み』」は、牛乳でトマトの酸味が調和されてまろやか。若い人や子どもが喜びそう」など、好評だった。また、「マヨネーズの代用としてヨーグルトを使う際の工夫」「ホエー（乳清）の利用方法」など、酪農家が互いに各家庭の「ミルクレシピ」を紹介しあい、情報共有に積極的だった。搾乳作業の合間を縫っての参加だったが、「また機会があれば参加したい」との声が多く聞かれた。

実習後は、雪印メグミルク(株)海老名工場を見学し、生乳が多くの工程や検査を経て安全な牛乳製品に加工されている様子を確認した。



田口先生から美味しいミルク料理を作るコツを教わる受講者



牛乳乳製品の美味しさを伝えようと、ミルクレシピを習う酪農家たち



牛乳乳製品を使った料理3品が完成



調理実習を通して交流も深まった