

講座報告書

開催日時：令和7年1月18日（土） 午前9時30分から午前11時30分	市民講座 おうちごはんスパイス料理教室① 「寒い冬をあたたくおうちで楽しむ スパイスドリンク」
受講者：12名	
開催場所：まなび学園 キッキングルーム	材料費 800円
講師：小川妙子氏	

講座の様子

料理の勉強のために、生後11か月のお子さんを連れてインドに行ったお話をしていただいた後、スパイスの効能や特徴などを丁寧に説明していただきました。

その後、3班にわかれて実際にマサラチャイ作りを体験しました。シナモン、カルダモン、クローブ、ブラックペッパーをすり鉢ですり潰したものと、すりおろした生姜、アッサムCTC（茶葉を砕いて丸めたもの）を煮出し、牛乳と砂糖を加えて繰り返し沸騰させてマサラチャイの完成です。

ストレートチャイ、クミンを炒って作るクミンティーとの飲み比べをし「体が温まった」「飲んでるうちにほかほかしてきた」とスパイスの効果を実感しました。



受講者の感想（一部抜粋）

- ・スパイスの香りを感じながらチャイを淹れて、とてもほっとする時間だった。
- ・マサラチャイ、ストレートチャイ、クミンティーどれも美味しかった。家でも作って飲みたい。
- ・寒い冬をあたたくおうちで楽しむことに興味があり参加、とても良かった。