

Q. ときこさんの、おふくろの味は？

A. ちらしずしですね。

春、秋のお祭りのときには、祭りずしをたくさん作って、親戚が集まって食べるのが毎年の行事でした。

母は、何でも自分で作る人で、市販のものは買わない。

料理が得意なので、旬のモノを飽きないように調理法を変えて出してくれていました。

でも、そのレシピとかはなくて、全部適当。材料も目分量です。



買い物に行ってみよう。

in サン直広場ええとこそうじゃ

Q. 加工品のいいところって、どんなところ？

A. 日持ちがするだけでなく、栄養が増えるところだと思います。サン直市にも加工品がたくさんあるんですね。

Q. 子どもの食卓で気をつけてることは？

A. なるべく国産の食材を、安心できる所で買うようにしています。料理は栄養のバランスが良いように。それと子どもが自分で料理を作る楽しみも感じてほしいなあって思っています。

サン直広場ええとこそうじゃ

(サンロード吉備路)

☎090-6832-6990



ときこさん親子といっしょに、「サン直広場ええとこそうじゃ」に地元の食材を買いに行ってみました。市には朝早くから、たくさんの方が！買い物をするひとたちから、「私はこの野菜しか買わないの」「野菜の味が濃い」という声が聞こえてきます。野菜たちに囲まれながら、ときこさんにもちょっとインタビューしてみました。

Q. サン直市のいいところは？

新鮮で安心。野菜がいきいきしていて、安心できます。それに、旬のものがわかって、季節を感じられますよね。

