

# 韓国巻きずし「キンパ」を巻き巻き ～韓国風スープ付き～

令和5年9月23日(土)



韓国巻きずし「キンパ」を巻き巻き講座をしました。講師は宮下 美奈子さんです。二人一組のペアで野菜を湯がき、肉の味付けをしていきます。肉に大豆ミートを入れてたんぱく質の大切さも教えていただきました。辛さが苦手な方は調節できるようにコチュジャンの量を変えます。家庭でも作れるようにレシピも準備していただき、早速スタートしました。さて、どんな味になるでしょう？

適時、皆さんに集まっていたいただき、ポイントとなる味付けや具材の盛り付けを教えてくださいました。初めてキンパを作るとい方がほとんどでした。



キンパは、日本の酢飯と違いゴマ油を混ぜません。温かいご飯にたっぷりとかけて、追加でゴマもふりかけます。部屋には、ゴマ油のいい香りが漂います。



皆さん、上手に巻き巻き  
されていました。  
どんな味が楽しみです  
ね！



마시썬요  
**맛있어요**  
おいしい!

皆さん満足の様子でした。受講ありがとうございました。