

伊豆半島の恵み
学んで食べて、再発見！

シオばく

食の探検隊

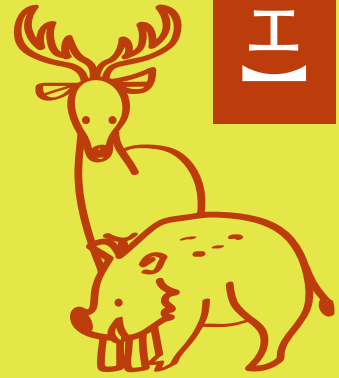


2022
年のテーマ

【ジビエ】

第2回

親子で
つくろう・学ぼう
ジビエでアスリートめし



2022
8/11 (木・祝)
10:30-12:30

開催場所 静岡ガス エネリアシヨールーム柿田川
参加人数 先着 親子8組(1組2~3名/小学生以上)
参加費 親子1組2名 1,500円(1食分) ※写真は1食分
親子1組3名 3,000円(2食分)

受付期間 8/5(金)16:00

申込方法 WEBフォームのみ
<https://forms.office.com/r/yk2LwP0MXB>

1回単位でお申し込みいただけます



今回のゲスト

静岡県立大学
食品栄養科学部 教授
市川 陽子 さん

ジビエをおいしく、健康的
に食べて、伊豆の野生動物と
人との「よい関係」を築きま
しょう！

野生鳥獣の食肉・ジビエは高タンパク、低
カロリー、高鉄分で栄養価が高く、アスリートの
身体づくりや女性の貧血予防にとっておきの食材。
ジビエは少し特別で、レストランのメニューと思わ
れがちですが、家庭でもおいしく食べることができ
ます。今回は、伊豆特産食材であるジビエと市販の
調味料で、手軽でおいしい「シカ肉の韓国風のり
巻」を親子でいっしょにつくります。
健康的な食事を研究しているゲストに、「筋肉をつ
けたい」「持久力をのばしたい」「貧血を改善したい」
を解決しながら、おいしく食べる方法もおしえてい
ただきます。
ジビエは疲労回復効果が期待されている成分を
含むので、暑さで夏バテ気味な体にもぴったり
です！親子で初ジビエを体験してみませんか。

What?
ジオばく

伊豆の食材について、学びと食の両方が味わえる新しい体験型講座です。
伊豆半島ジオパークと静岡ガスの料理教室スタッフがお届けします。

お問い合わせ

静岡ガス エネリアシヨールーム柿田川 Tel / 055-991-5010

住所 / 静岡県駿東郡清水町玉川61-2 サントムーン柿田川シネマ棟 1F (駐車場あり)
営業時間 / 10:00~18:00 休業日 / 不定休

