

聖霊短大 1年生考案のおかず

幼児向けレシピ 動画に

いとくで続々と商品化も



子ども向けのおかずレシピを考案した学生

秋田市の聖霊女子短期大学の1年生が考案した幼児向けのおかずのレシピが、動画投稿サイトユーチューブで公開されている。一部は商品化され、県内のスーパーいとくで販売。11日には、昨年12月の第1弾に続く第2弾が発売された。第3弾も予定されており、学生は「栄養バランスを考慮した。忙しい子育て世代を中心に多くの人に手に取ってもらいたい」と呼びかける。

レシピ作りに取り組んでいるのは、生活文化科で栄養士を目指す健康栄養専攻の学生約40人。授業の一環で、子育て世代の負担軽減につなげようと野菜をたっぷり使い、栄養バランスに優れた和総菜を考案した。

商品化は県内でスーパーを展開する伊徳（大館市）の協

力で進めている。第1弾は「切干大根のカラフル炒り豆腐」で、子ども向けを意識して作ったが幅広い世代から人気を集めたという。

11日に販売が始まったのは「切干大根焼きそば風」。野菜が苦手な子どもでも食べやすいよう、ソースやケチャップで焼きそば風に味付け。切り干し大根を麺に見立て、枝豆やトウモロコシなど県産農産物を使用した。

18日からは「枝豆入りきんぴらごぼう」が店頭に並ぶ予定。材料を小さく切ったり、煮る時間を長くして具材を軟らかくしたりと食べやすさを重視。パプリカやニンジンもまぜ、彩りよく仕上げた。

短大では、学生のアイデアを家庭でも役立ててもらおうとレシピ動画を公開。商品化されたメニュー以外にも「さくらえびと枝豆の大根おやき」「かぼちゃと枝豆の具沢山ごま味噌煮」といった多彩なレシピが紹介されている。



授業を担当した健康栄養専攻の須磨亜沙子講師は「まだ栄養について勉強中の学生たちだが、これまでに学んだことを生かして考案した。試行錯誤を重ねた学生の頑張りを感じてもらいたい」と話す。

商品は県内のいとく全22店で扱っている。切干大根焼きそば風（100グラム当たり220円）は17日まで、枝豆入りきんぴらごぼう（同247円）は18～24日に販売する。各日数量限定。（田村璃子）

（令和5年2月12日（日）秋田魁新聞より一部抜粋）

