

出展名：多摩友の会

出品名：ずいきおこわ（蒸しおこわ）

たまともや

多摩友の会

うまかんべえ～祭を楽しもう！

多摩友の会では、食全般について日頃勉強しています。

東大和を活動の中心にしているグループで、うまかんべえ～祭に参加しています。

東大和って何がとれるの？何が特産？というところから出発して、

今回 **“ずいきおこわ”** を出展します。

“ずいき” 別名 “いもがら” は里芋の茎！

これがおいしいおこわになりました。

身近な素材で、なつかしい、やさしい味を手軽に作れるように考えてみました。

“ずいきおこわ” うまかんべえ～

多摩友の会を紹介します

多摩友の会って何をしているの？

多摩友の会は、衣・食・住・家計・子育てなどについて学び合っています。

家計簿のつけ方から、おいしく栄養的に整った調理方法、手作りお菓子、家の片づけ方衣類の手入れ、エプロンの作り方、子育てのこと、など生活全般におけるいろんなことを学び合ってます。

最近では、省エネルギーを願って、鍋帽子を作り、使い、紹介してます。