

食遊カフェ

～ 身体に優しい日々のおやつ ～

6/29 (日)

10時～12時

会場 hokko

(北上市 新穀町)

一緒につくるお品

豆しとぎ

青豆や米粉を使って、「豆しとぎ」を作ります。

「豆しとぎ」は、12月12日（山神様の年とりの日）にお供えしたり、春先にはうぐいすを呼ぶということで作られ、大黒様の年越しの宵にも供えられます。

お米がとれなかった畑作地帯の「晴れ食」として用いられてきました。

身体にやさしく、ご家庭でも子どもと一緒に作れるおやつです。



案内人

新田峻介



案内人プロフィール

北上市出身。地域おこし活動として「お遊びメンター」を運営。

洋野町（県北）に移住し、「豆しとぎ」にはまる。

概要

人数 : 10名程度（予約制）

持ち物 : 三角巾、エプロン

参加費 : 300円

（親子での参加も可能です）

ご予約・お申し込み

お遊びメンター

新田峻介まで

Tel : 080-2842-5964

Mail : nittasyunsuke1999

@gmail.com

Googleフォーム



イベントの流れ

10:00 集合・料理教室スタート

11:30 試食

12:00 解散

◎場所・hoKko（ほっこ）

〒024-0092北上市新穀町一丁目4番1号

ツインモールプラザ西館1階

（さくら野百貨店西側） ※駐車場有

この企画は、hoKko（ほっこ）のキッチンを活用し、岩手県の郷土料理を作るお料理教室です。

