

土屋品子は国会議員唯一の栄養士として食育を推進しています

農と食をつなぐ食育で命の大切さを子供達に伝えましょう！



しなちゃん
衆議院議員 **土屋品子のキッチン**便り-NO:6

品子レシピ **鶏手羽煮込み** ...健康は最強の生活防衛
医食同源で医療費削減



①夏バテの体力回復に②鶏のコラーゲンでうるおい肌効果③食欲増進

＜材料&作り方＞3～4人分

鶏手羽先 12本約 300g 筍 150g 干しいたけ中 3～4枚 ネギ 1本 油大さじ1

調味料A(醤油大さじ3強・酒大さじ1・1/2・砂糖大さじ1 コショウ少々)

スープ 550cc(ガウ固形スープの素) 水溶き片栗粉大さじ1・1/2 揚げ油 ごま油

- ① 手羽先は先端を切り、関節部分にハサミを入れ食べやすくし、酒・醤油を少々(材料に未計上)からませしておく
- ② 筍はくし形に、しいたけはもどしそぎ切り、ネギは5～6cmに切り更に縦に切る
- ③ 鍋に油(材料に未計上)を熱し、①の手羽先を焼色がつくまで揚げる
- ④ 鍋に油大さじ1を入れ筍、しいたけ、ネギを入れ炒め、スープと調味料Aを加えふたをして中火で2～30分煮込む ※切り落とした先端はスープに入れ利用可
- ⑤ ④に水溶き片栗粉でとろみをつけ最後に少々のごま油で香りづけをする

土屋品子の生活に密着した視点—「食育で知育・徳育・体育の基礎を」実践

2005年の食育基本法の施行後も引き続き食育に力を注ぎ以下具体的活動を推進しています

1・「食」の安全・安心に関する環境整備の推進

2・子供達が心身ともに健康に育つよう、専門知識豊富な学校栄養教諭の増員に尽力

3・世界的食糧危機が叫ばれる中、地産地消を推進するコミュニティ施設への助成強化活動等

プロフィール ※与党唯一の埼玉県内小選挙区選出 女性国会議員

1952年生まれ。春日部市在住。大学卒業後、香川栄養専門学校卒業。栄養士。調理師。製菓衛生士。料理研究者としてテレビ・雑誌等で活動。ホームヘルパー2級。短大客員教授。1996年に衆議院議員に初当選し4期目。外務大臣政務官、環境副大臣を歴任。現在 党政調副会長、首都圏整備委員長。