

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:21

品子レシピ **ラ タ ト ウ イ ユ** 夏野菜の南仏風煮込み **健康は最強の生活防衛 医食同源で医療費削減**



①野菜の抗酸化作用で免疫力アップ ②成人病予防 ③食欲増進

南フランス伝統のおふくろの味 ……<材料&作り方>5人分

玉ねぎ大 1 個 トマト(完熟)中 2 個 ズッキーニ 2 本 なす中 4 本
赤ピーマン・パプリカ等好みで オリーブ油大さじ2 にんにく1片 塩 胡椒
香草ロリエの葉3枚程度(タイム、パセリの茎やセロリの葉など香りづけとして束ねて入れる。入れなくても良い)

- ① 玉ねぎ・トマト・赤ピーマンやパプリカ等4cm角位に切り、ズッキーニ・なすは1cmの輪切りにしさと洗ってあく抜きする。
- ② 鍋にオリーブ油を入れ中火で熱し、つぶしたニンニク(みじん切りでも良い)、玉ねぎを炒める。次に弱火で蓋をし、10分位時々混ぜながら炒めた後、②にトマトを入れ5分位炒める。
- ③ ズッキーニ・赤ピーマンやパプリカ・なす・香草(仕上がったら取り出す)を②に加えて弱火で40分位煮る。汁が煮詰まったら塩・胡椒で味を整える。 ※冷やして食しても美味。

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。