



JAPAN SEAFOODS
EXPORT PROMOTION ASSOCIATION



JAPAN RICE AND RICE INDUSTRY
EXPORT PROMOTION ASSOCIATION

ジャパン・ブランドPR活動
～おいしい J・パワープロジェクト 平成27年度～
×
～日本産水産品の海外拡販PR事業～
シンガポール セミナー事業実施報告書

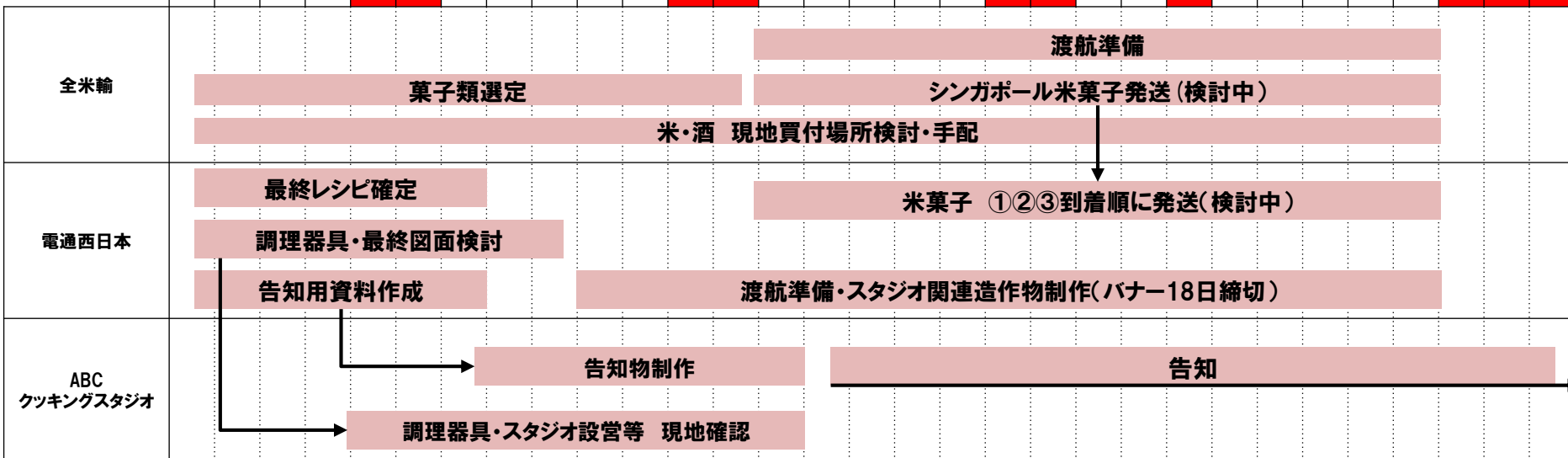
一般社団法人全日本コメ・コメ関連食品輸出促進協議会
水産物・水産加工品輸出拡大協議会

平成28年3月31日

平成27年度 セミナー事業 米 シンガポール 実施 スケジュールイメージ

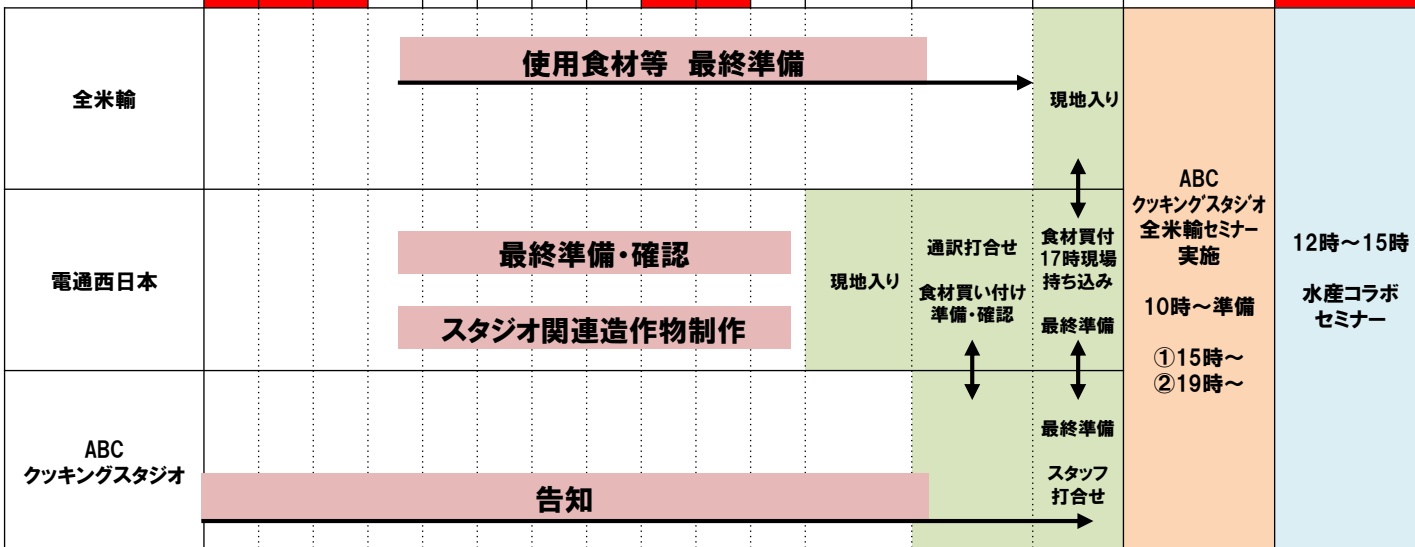
12月

1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日	31日
TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN	MON	TUE	WED	THU



1月

1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日
FRI	SAT	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT



全米輸 ジャパンブランドPR事業

シンガポール①

**ABCクッキングスタジオ
体験型セミナー**



【セミナー講師】

渡貫卓也(わたぬき たくや)

「食彩わたぬき」店主

大阪市にある辻調グループ校「大阪あべの辻調理師専門学校」卒業後、同グループ校日本料理研究室教授として20年間勤務(大阪あべの辻調理師専門学校、エコール辻東京日本料理過程にてプロ料理人の育成)

出版活動:NHK出版「食彩浪漫」1年間連載、NHK出版「調理法別日本料理」、講談社「ワインを楽しむ基本大図鑑」、サントリー「リカーショップ」などを担当

対外事業:農林水産省委託事業で香港、台湾、マカオ、タイ、ロシア、インドネシアなどで日本食文化を披露

元日本食文化ロシア普及協会副会長

エコールエミーズ日本料理講師

香港「小甜谷」顧問

【セミナー実施】 2016年1月15日(金) 午前～14時:設営・仕込み準備 ①15時～ ②19時～ それぞれ2時間

参加者:①15時 52名 ②19時 58名 合計110名

【参加者募集】 2015年12月中旬 ABCクッキングスタジオの媒体による告知・募集

【調理体験・試食メニュー】

①太巻き寿司

②いなり寿司

③貝汁

上記メニューに、ウエルカムドリンクとして日本酒を1種類、試食時用2週類を提供予定

【観賞用メニュー・展示物】

・節分の会席料理

・日本酒 ・米 ・米菓子等

【セミナー 基本構成 120分】

1. ABCに続き 全米輸代表からの挨拶

2. 料理家紹介

3. セミナーで実演する料理と和食について

・展示している「節分の会席料理」について

・日本産米の歴史と米の種類について

4. ご飯の炊き方～酢飯の作り方

5. 体験メニュー①

6. 体験メニュー②

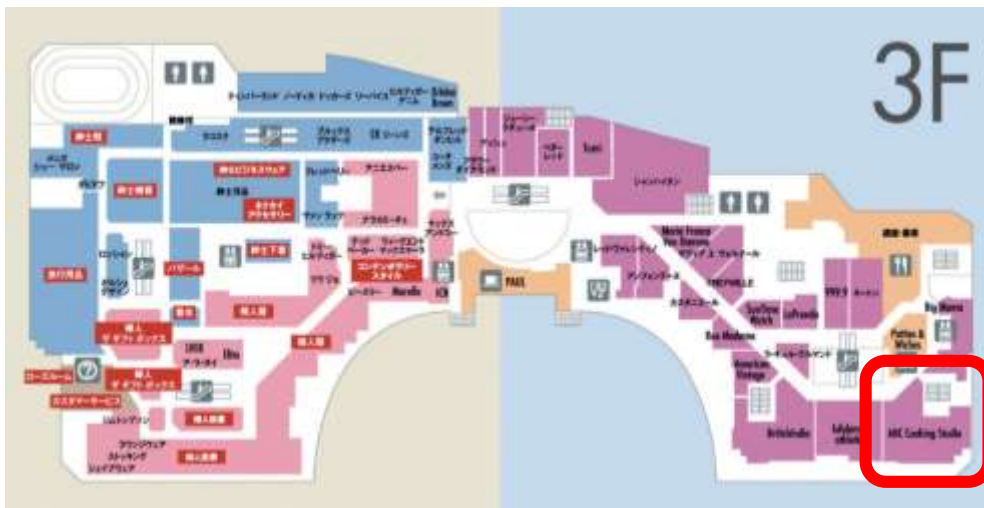
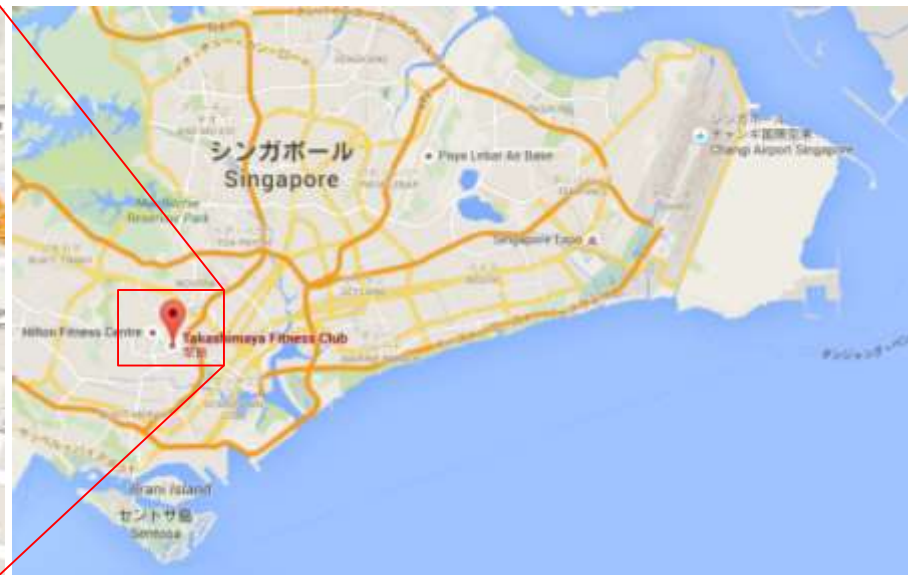
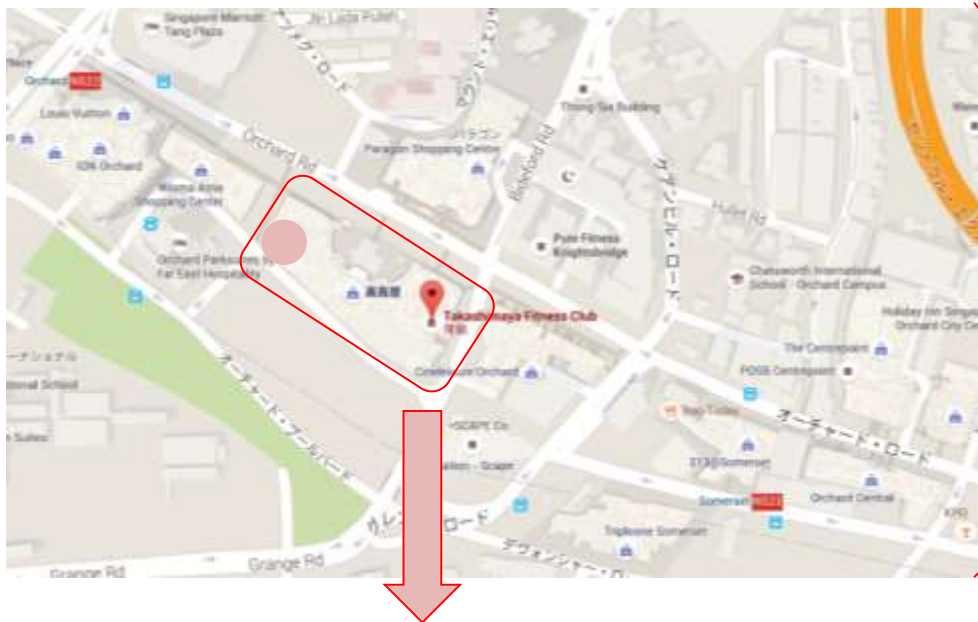
7. 貝汁の作り方

(場所移動 貝汁・日本酒配る)

8. 試食会+日本酒と米菓子等について

9. 質疑応答 アンケート回答

平成27年度 セミナー事業 シンガポール① 米 セミナー会場




ABC Cooking Studio


シンガポールタカシマヤS.C.スタジオ

**391 Orchard Road #03-12/12A
Singapore Takashimaya S.C. Singapore**


営業時間: 10:00~21:30



JAPAN RICE AND RICE INDUSTRY EXPORT PROMOTION ASSOCIATION



ABC Cooking Studio



JAPAN RICE EVENT


Date: 15 January 2016 (Friday)

**Time: Session 1: 3pm-5pm
Session 2: 7pm-9pm**
Registration starts 20mins before of session

**Seats Available:
54 people per session**


**Instructor
Takuya Watanuki**

He has been teaching for many years at the famous cooking school in Japan. He helps spreading Japanese culture around the world in countries like Hong Kong, Taiwan and Russia.




Flow of Event:


- Participants will be served with welcoming drinks - sake.
- Seminar by Takuya Watanuki
 - introduction to Japanese rice
 - how to choose high quality rice
 - how to make tasteful rice
- Demonstration & hands-on cooking
- Dining served with sake.



Menu




Futensaki zushi (ふんずき寿司)
Inariushi (いなり寿司)
(sushi wrapped in fried tofu)




Soup with shellfish (しじみ)


Free Gifts



Japanese Rice Sacks



J-R-E Original Chopsticks Toss Set



FUTENSAKI SAZUKI J-R-E & ABC COOKING STUDIO by CAI

Terms & Conditions:

- The registration for the event is completed only payment is made. We reserve the right to cancel a booking.
- By registering the event, participants hereby grant us the permission to use any photography taken during the event.
- Participants are recommended to dine in during the event. We do not provide takeaway container but participants are allowed to bring own container.

ABC Cooking Studio

ABC Cooking Studio Singapore 391 Orchard Road #03-12/12A Takashimaya S.C. Singapore 239973 Tel: 6694 6104, 6694 6259

ABCクッキングスタジオ facebook等で告知



The image shows a screenshot of a Facebook post from ABC Cooking Studio Singapore. The post is for the 'JAPAN RICE EVENT' on January 15th, 2016. It includes details about the event's time (3pm-5pm and 7pm-9pm), location (291A Orchard Road), and a menu featuring Futensaki zushi and Inariushi. The post also features a photo of a bowl of rice and other dishes, and a link to the event page. The Facebook interface shows engagement metrics like '7400 people liked this' and '2700 people checked in'.

平成27年度 セミナー事業 シンガポール① 米 セミナー 実施風景



平成27年度 セミナー事業 シンガポール① 米 セミナー レシピ

太巻きすし

●材料● 太巻き 3 本分

米	300g(360ml)	生食用サーモン	60g
水	480g(480ml)	塩	10g
すし酢		砂糖	10g
酢	50g(50ml)	きゅうり	30g
砂糖	50g	ツナ缶	60g
塩	8g	しょうゆ	適量
		カニカマ	45g
		トピコ	30g
		のり	3 枚

●作り方●

1【米を洗う】

- ① ボウルに入れた米に、たっぷり水を一気に加える。
- ② 手早くかき混ぜ、濁った水をすぐに捨てる。
- ③ 水が残っていない状態で、米を手のひらで軽く押すようにしてとく。
- ④ 水を加えてかき混ぜ、水を捨てる。水が溜むまで水を替える。
- ⑤ ざるに上げて 30 分おき、水分を十分に含ませる。

2【ご飯を炊き、すし飯を作る】

- ① ボウルにすし酢の調味料を合わせ、よくかき混ぜて溶かす(すし酢)。
- ② 炊飯用の鍋に洗った米、米の容量と同量の水を合わせて強火にかける。
- ③ 沸騰したら弱火にし、13~15 分炊く。
- ④ 湯気がでなくなれば火をとめ、5 分程蒸らす(炊き上がったご飯)。
- ⑤ 炊き上がったご飯をボウルにうつし、すし酢を加えて手早く混ぜる。うちわ等でおおいで冷ます(すし飯)。
- ⑥ 出来上がったすし飯を 3 等分に分けておく。

3【具の準備をする】

- ① 棒状に切った生食用サーモンに砂糖と塩をまぜたものをまぶして 5 分程おく。水でさっと洗って水分をふきとる。
- ② きゅうりは棒状に切る。
- ③ ツナ缶はあぶらをきり、しょうゆ少量をまぶしておく。

4【仕上げる】

- ① 太巻きすし型の蓋をはずし、すし飯半量を入れ、生食用サーモン、きゅうり、ツナ缶、カニカマ、トピコをのせる。
- ② 残りのすし飯を具の上ののせ、太巻きすし型の蓋をして太巻きすしの芯を仕上げる。
- ③ ラップフィルムの上ののりを敷き、仕上げた太巻きすしの芯をのせ、ラップフィルムごとのりを巻き込む(太巻きすし)。
- ④ 太巻きすしはラップフィルムごと 8 等分に切る。

いなりすし

●材料●

寿司飯	300g
油揚げ	3 枚
煮汁	
だし汁	300ml
砂糖	大さじ 3
濃口しょうゆ	30ml

●作り方●

1【油揚げの準備をする】

- ① 油揚げは熱湯でさっとゆでてざるに上げる。冷めたら半分に切り、筒状にする。
- ② 鍋に油揚げ、だし汁、砂糖を合わせて火にかける。沸騰したら弱火にして、煮汁が半分になるまで煮る。濃口しょうゆを加え、煮汁がほとんどなくなるまで煮詰め、火をとめる。

2【仕上げる】

- ① 油揚げに寿司飯をつけて包む。

貝の味噌汁

●材料●

水	500g(500ml)
あさりなどの貝類	300g
みそ	30g
ねぎのきざんだもの	6g

●作り方●

1【貝の味噌汁を作る】

- ① 鍋に水、あさりなどの貝類を合わせて火にかける。
- ② 沸騰して貝の殻が開けば火を弱火にする。
- ③ みそを溶き加えて混ぜ、火をとめる(貝の味噌汁)。
- ④ 鍋に貝の味噌汁を盛り、きざんだねぎをちらす。

Menu①:Futo-maki Sushi

•Ingredients:For making 3 pieces



Ingredients	Amount
Rice	300g (360ml)
Water	480g (480ml)
Sushi Vinegar	for 4 pc
•Vinegar	50g (50ml)
•Sugar	50g
•Salt	8g
Fresh Salmon	60g
Salt	10g
Sugar	10g
Cucumber	30g
Pickled daikon radish	30g
Canned Tuna	60g
Soy Sauce	a little bit
Crab Stick	45g
Flying Fish Roe	30g
Seaweed	3pc

~Steps~

1[Wash the rice]

- ①Put the rice in a bowl, add sufficient water in one time
- ②Stir and mix quickly by hand, remove the cloudy water immediately
- ③ Without any remaining water, wash the rice by gently pressing it in the palm
- ④Add water then stir and mix, remove the water, change the water until it becomes clear
- ⑤Put in the strainer for 30 minutes, let it soak in water for enough time.

2[Cook the rice. Make the sushi vinegar]

- ①Put the ingredients of sushi vinegar in a bowl, stir and mix until everything is dissolved. (Sushi Vinegar)
- ②Put the washed rice, same volume of water in the pot for cooking rice. Turn on high heat.
- ③When it is boiled change to low heat, cook for 13-15 minutes.
- ④When the steam stops coming out, turn off the heat, steam the rice for 5 minutes. (Cooked Rice)
- ⑤Put the cooked rice in a bowl, add in sushi vinegar, stir and mix quickly. Cool down the rice by a round fan.
- ⑥Separate the sushi rice into 3 portions.

3[Preparation of the fillings]

- ①Cut the fresh salmon into strips, coat with the mixture of sugar and salt for 5 minutes. Quickly wash with water, wipe off the water.
- ②Cut the cucumber into strips.
- ③Finely chop the takuan/pickled daikon radish
- ④Drain the oil of the canned tuna, put in a little bit of soy sauce.

4[Assembling]

- ①Open the mould of the futo-maki sushi, put half of the sushi rice in, top with fresh salmon, cucumber, canned tuna, crab stick and flying fish roe.
- ②Top with the remaining sushi rice, close the lid of the sushi mould. The core of the futo-maki sushi is done.
- ③Put the seaweed on the cling-film, put the core of the futo-maki sushi on it, roll the seaweed together with the cling film. (Futo-maki Sushi).
- ④Cut the futo-maki sushi into 8 portions.



Menu②: Inari Sushi

•Ingredients:For making 3 pieces

Ingredients	Amount
Rice	300g (360ml)
Water	480g (480ml)
Sushi Vinegar	for 4 pc
•Vinegar	50g (50ml)
•Sugar	50g
•Salt	8g
Broth	for 4 pc
•Japanese Dashi Broth	300ml
•Sugar	3tbsp
•Dark Soy Sauce	30ml
Deep Fried Tofu	3 pc

~Steps~

1【Preparation of the deep fried tofu】

①Boil the deep fried tofu quickly in hot water and put them in strainer. When cooled down, cut into half with bag shape.

②Put the deep fried tofu, japanese dashi broth and sugar into a pot and turn on the heat. When boiled, change to low heat. Cook until the amount becomes half.

Add in the dark soy sauce, boil down until the broth almost disappears, turn off the heat.

2【Assembling】

①Stuff and wrap the sushi rice in the deep fried tofu.



Menu③:Miso Soup with Clam ...Tasting Only

•Ingredients:For making 3 pieces

Ingredients	Amount
Water	500g (500ml)
Clam (Asari clam, etc)	300g
Miso	30g
Chopped Spring Onion	6g

~Steps~

1【Make the Miso Soup with Clam】

①Put water and the asari clams into the pot and turn on the heat.

②Boil until the clams are opened, then change to low heat.

③Melt the miso, add in the water and mix, turn off the heat. (Miso Soup with Clam)

④Put the soup into a bowl, sprinkle with chopped spring onion.



• Cream cheese in soy milk



• Onigara style shell steamed lobster



• Otafuku (many fortune) lily bulb

Setsubun menu



Risshun marks the end of winter and the transition to spring. The night before risshun is called setsubun, a day of bean scattering ceremony to welcome spring as people throw soy beans to drive away the oni (demon). Customarily, the smell of sardines and the prickles of a holly are believed to scare the oni away. Therefore, beans and sardines are often used in many of the meals prepared on this occasion, and the menus are usually named after soy beans or the oni. In Osaka, it is customary to eat a large sushi roll called "setsubun no makizushi (sushi roll)", otherwise known as ehomaki, on the day of setsubun.

- Sweetened black soy bean
- Sardine sushi
- Oni's metal rod ginger
- Oni walnut
- Otafuku (many fortune) lily bulb