

美味しいハーブ&スパイス講座

テーマ: にんにく & ベジブロス

開催日時 8月31日(木)11-13時
参加費 3400円
場所 (一社)ローカリズム推進楽会
Office&Kitchen「食ool!(く〜る!)」三川町9-9(とうかさん近く)
定員 6名
締切 8月29日(火)
申込先 FBoHP申込フォームからFAX申込用紙もあり
<http://www.localfan.or.jp/> メール; hirayama@local-fan.or.jp

にんにく料理やフィットケミカル豊富な
ベジブロスパワーで脱夏バテ!
口臭対策メニューもね♪



お勧め! 便利で美味しい
にんにく保存食や



スイカのステーキ+
レモングラスソースかけ

夏に食べたい
はったい粉の
洋風スイーツ,
etc.

講師 田村明子

資格: JHSハーブインストラクター上級、家庭料理技能検定3級、初級園芸福祉士

2003年よりマクロビオティックや玄米菜食の料理教室に通い、雑穀・乾物料理、野菜スイーツ、卵・乳製品不使用のスイーツ作りを楽しむ。時々マクロビアン。ここ数年は何にでもハーブ&スパイスをちょい足しせずにはいられない。