

美味しいハーブ & スパイス講座

テーマ セージ 筍ピクルス作り

開催日時 5月8日(水) 11-13:00

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 5名

締切 5月6日(月)

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

締切日以降のキャンセルについては、キャンセル料が全額発生致しますことご了承願います。

「長い生きしたければ5月にセージを食べなさい」
と言われる家庭の保険薬
旬の食材とともに美味しく頂きましょう♪

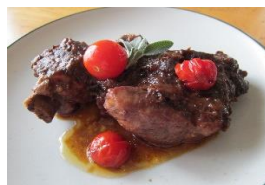
筍ピクルスお持ち帰りあり

予定メニュー

スペアリブのプルーン煮、

切干大根サラダ、腐竹とひじきサラダ、生ハムセージ、

おからとハーブの抹茶パウンド 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。