

ご好評につき 今年も開催！

手作りお味噌の会

調味料のさしすせそのひとつ、お味噌！
 お味噌は日本の食卓に欠かせないものです。
 無添加の美味しいお味噌を一緒につくりましょう。
 今年は自宅で作りたいという方のために材料の申し込みも可能です。



1月28日(土) 午後2:00～4:00

場 所:クリエイトセンター2F 生活実習室

定 員:20名様

講 師:輿石まどか(石賀医院 管理栄養士)

参加費:3000円

*キャンセルによる払い戻しはできません。

持ち物

- ・エプロン ・三角巾(バンダナなど)
- ・お手拭タオル ・筆記用具 ・軍手
- ・タッパーなどの入れ物

(お味噌1キロほどお持ち帰りいただきます。空気や日光を避けるため、できれば深型で不透明な容器をご用意ください。)

お申し込み時に、大豆(国内産)をお渡しします。

一晩水につけた後、やわらかくなるまで煮て(3～6時間程度。圧力鍋なら20～30分程度)、当日ご持参くださいますようお願いいたします。

詳しい方法は別紙レシピをお渡しします。

お味噌作りの材料の販売も行います。お問い合わせ、お申し込みは受付までお気軽にどうぞ。

☎072-622-3003 石賀医院

お申込書(お名前とご連絡先をご記入ください。)

手作りお味噌の会 No. _____

お名前 _____

ご連絡先 _____

手作りお味噌の会

様

参加費 3000円

平成24年 1月 ____日 石賀医院