

季節の野菜を使ったお料理教室です。お料理の知識をひろげませんか？

先生の調理を見ながらメモを取り、お料理のコツや食に関する

お話を聞きながら、お食事を楽しんで頂けます。

立春を過ぎ、三寒四温を経て春の到来です。この時期になると、排泄のひとつとして起こる現象に花粉症があります。花粉症対策の食材を摂って、日々を穏やかに過ごしましょう。

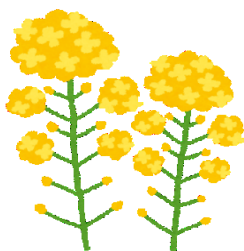


講師

国際薬膳師・国際薬膳調理師
国際薬膳食育師・野菜ソムリエ
食品衛生責任者

寺村 真理先生

場 所： リファイン学園前
日 時： 3月5日（月）申込〆切3/1
10：00～13：00
参加費： 1500円（お食事付）
定 員： 各回8名



Menu

浅利出汁の蓮根入り豆ごはん
ササミのピカタ春菊ソース柚子胡椒風味
春やさい塩麴煮
春キャベツとモズクのスープ
薬膳茶付き

お車で来店される場合はお近くのパーキングをご利用下さい。またキャンセルの場合は3日前までにご連絡下さい。



お問い合わせ・お申込みは

リファイン学園前 出崎まで TEL 0120-015-776