

こころほどけるやさしい甘さの発酵おやつづくり

昔から食卓に欠かせない味噌、醤油、納豆・・・近年の麹ブームの主演、甘酒、塩麹、醤油麹・・・これらすべてが「発酵食品」の仲間です。「発酵食品」が私たちに与えてくれるのは、素材がもつ本来のうま味や風味を引き出してくれるばかりでなく、腸内環境を整え、抗酸化作用を高め健康な体に導いてくれます。そんな「発酵食品」を使っておいしいおやつを作りましょう!!子どもから大人までみんなの心がほどけるおやつづくりの講座です。



12/6

酒粕チーズケーキ
米粉スノーボール
飲み物



12/20

米粉ガトーショコラ
甘酒アイス
飲み物

日時

①12/6(土) ②12/20(土)

各日 10:00~12:30

受講料

①②各日 200円

場所

岩津市民センター 2階 料理講習室

教材費

①②各日 1500円

お釣りの無いようご用意ください。

定員

①②各日 16人(応募者多数の場合は抽選)

持ち物

エプロン・三角巾・筆記用具
飲み物・手拭きタオル

※当選者には11/22(土)迄にご連絡します。

※調理後は料理講習室で食べてお帰りいただきます。



講師//山田 央子氏

お申込み・締切り11/18(火)

岩津市民センターへEメール・電話または
直接来館して

メールアドレスはこちら↓

- 参加希望日●氏名(ふりがな)●住所●電話番号
- 講座名「発酵おやつ」
- アレルギーの有無を伝えてください。



お問合せ・お申込み 岩津市民センター

TEL:0564-45-2512

E-mail:iwazu.shimin@city.okazaki.lg.jp

受付時間:9:00~21:00(月曜休館)

但し日曜・祝日は9:00~17:00