

西神楽産の食材を使った料理教室

野菜たっぷり! 体にやさしい! ワンプレートランチ

一皿にたくさんの食材を盛りつけて食べられるのでカラダに優しく目にも楽しい!
少しのおかずが豪華に大変身! 後片付けも楽々!
朝食・ランチ・晩ご飯はもちろん, おもてなし料理にも!
子供から大人まで大人気カフェ風ワンプレートランチの料理教室です!



- 日時 平成27年9月12日(土)
午前10時30分~午後1時30分
- 場所 西神楽中学校(旭川市西神楽南2条3丁目)
- 参加費 300円(材料費)
- 定員 30名(希望者多数の場合は抽選。当選された方のみに後日案内文をお送りします。)
- 申込方法 土日祝日を除く午前9時から午後5時にお電話でお申し込みください。
(8月25日締め切り)
- 申込先 西神楽まちづくり推進協議会事務局(西神楽支所内)
電話 75-3111

講師紹介

管理栄養士 松森八重子氏

(旭川圭泉会病院 栄養部長)

まつもりやえこ料理教室(旭川市8条7丁目右5号)
でサロン形式の料理教室を主宰

料理学校協会師範1級
フードコーディネーター
日本ソムリエ協会認定ソムリエ
フェーズ107エッセショナル
そば打ち3段



Menu



- ☆ 鮭と野菜の南蛮漬け
- ☆ 肉味噌の野菜包み
- ☆ 三色サラダ
- ☆ ジャガイモのきんぴら
- ☆ クラムチャウダー
- ☆ 西神楽産の炊きたてご飯

