

〈けんこうチャレンジ企画〉～すこしお生活教室～



編と上手におつきあい
すこしお

フロに学ぶ

おいしいだしのととり方とすこしお料理に挑戦！！

朝晩に秋の気配を感じる今日このごろ、みなさまいかがお過ごしでしょうか。

今回は「けんこうチャレンジ」をお申し込みいただき、ありがとうございました。

また、福山地域のけんこうチャレンジ企画「食」にも、お申し込みいただきましてありがとうございます。詳しい内容を送らせていただきます。

今回の企画では、日本料理・料理長によるおいしいだしのととり方とすこしお料理講習を行います。楽しく学んで、おいしくいただきましょう。

内容を確認していただき、参加出来ない場合やご不明な点などありましたら、下記までご連絡をお願いいたします。(参加の有無は9月15日(木)までをお願いいたします。)

記

日時：9月21日(水)

10:00～12:30

会場：御幸公民館 084-955-0392

(福山市御幸町森脇181-1)

講師：瀬戸内海旬魚料理 EN-ICHI.

オーナー 池原 徹氏

内容：☆おいしいだしのととり方

☆おいしいだしを使って、すこしお料理 4品

*たこめし

*豚肉と白菜のミルフィーユ ゆずあんかけ

*白あえ

*すずきの潮汁

参加費：800円(材料費含む)

持参物：エプロン・三角巾(大判のハンカチ等)をお持ちください。

必見！！
たこのめめりといや魚の
臭み取りなども教えて
もらいます！！



以上

〈お問い合わせ先〉：けんこうチャレンジ福山事務局

福山医療生活協同組合本部 組織部：宮澤 千明

電話：084-973-2280 FAX：084-926-3080

E-mail：miyazawa@fico-op.jp