

ミドリ薬局料理教室第2弾！！

『重ね煮』料理教室

出汁を使わない！なのに美味しい！

野菜のうまみを最大源に利用した

『重ね煮』味わってみませんか？

そして覚えてみませんか？

【日時】4月16日(火)11時～14時

【場所】ミドリ薬局

【定員】6名

【参加費】3,500円

【講師・プロフィール】吉村千恵先生

陰陽調和重ね煮料理を梅崎和子氏に師事後、家庭で簡単にできる養生料理教室を
少人数制で毎月開催



当日の献立は・・・

★五分づきご飯★春野菜味噌汁

★切り干し大根、他1品

『体験者の声』

- 減塩でも美味しい！
- 調味料を使わなくなった！
- 出汁なしでも美味しくてびっくり！



