

講座番号

16

講座名

おうちでできる簡単薬膳カレー①②

日時

6/25(金) ①9:00~12:00 ②13:00~16:00

定員

12名

講師名

森 文見

場所

中央公民館 実習室

回数

1回

応募者多数のため2部になりました。

薬膳って一体なんだろう？

食物の作用や効能を中心に夏に摂ると良い食材を薬膳的視点から分かりやすく解説致します。



なじみのある食材と、ちょっぴり薬膳的な食材(生薬)も使用し、家でも簡単に作れるカレーを楽しく実習。辛くありませんのでどなたでも美味しく召し上がって頂けます。

プロフィール

Ayami 森文見
国際中医薬膳師、中医薬膳茶師
日本中医食養学会講師養成講座課程修了
薬膳食品小売り販売 Charming Shop 店長

受講料

700 円

教材費

500 円

持ち物

エプロン、三角巾、ふきん
マスク、持ち帰り用容器