

講座番号

24

講座名

やさしい薬膳料理～参鶏湯で冬も元気に～

日時

12/1(金) 13:00～16:00

定員

24名

講師名

森 文見

場所

カラット 調理室(北館3階)

回数

1回

参鶏湯の効能、薬膳的料理の簡単な解説を学びながら、
楽しく作りましょう。



奥深い薬膳の世界。

約3時間という短い時間で限られてしまいますが、

薬膳料理とは何か？を知って頂けます。

今回は簡単に鶏手羽元等を使います。

生薬をきちんと使用し、体の中から温まり元気になり、

冬に向けて風邪予防などに役立てて頂けます。

プロフィール

国際中醫師・国際中医薬膳師・中医薬膳茶師
北京中医薬大学日本校卒(現日本中医学院)
薬膳食材・薬膳茶のチャージングショップ店長
イオンカルチャー講師等
とよあけ市民大学「ひまわり」講師

受講料

700 円

教材費

500 円

持ち物

エプロン、三角巾、布巾1枚
筆記用具、スリッパ、持ち帰り用容器