

生姜の保存方法教えます!

SINCO・NBC・SOCIA JV 交流事業

参加費  
**1000円**  
定員 15名  
(事前電話予約制)  
※抽選

プラザおおむら

# 料理講座 パート4

冷え性改善! 冬のおすすめあったか♡生姜料理

2023 **1/15**日

**10:30-13:00**

プラザおおむらキッチンスタジオ

毎回テーマを決めて  
いろいろな料理にチャレンジしていただきます。  
今回のテーマは、  
「冷え性改善! 冬のおすすめあったか♡生姜料理」です。  
寒い冬にぴったりの生姜レシピをご紹介します。



一般社団法人日本オーガニックレストラン協会  
フードアカデミーコンシェルジュ  
ナチュラルフードコーディネーター

料理教室講師 **樋口聡子**  
(ナチュラルキッチンきらら)

## MENU

・くずし豆腐の生姜あん

・生姜のつくだ煮さあちゃん風

・超簡単! 梅風味しょうがの甘酢漬け

・究極の生姜くず湯 ・赤飯 ・具雑煮

※一部メニューが変更となる場合があります。ご了承下さい。

参加者  
持参品

エプロン・三角巾・手拭きタオル  
スリッパ・筆記用具

参加ご希望の方はプラザおおむらまで  
お電話をお願いします

**☎0957-47-6100**

※お申込み締切は1/11まで! お申込み多数の場合は抽選となります 抽選結果は1/13に当選の方のみお電話いたします

コロナ対応

当日はマスク着用でお越し下さい。受付で検温及び手指消毒をお願い致します。  
黙食でのお食事となります。※コロナウイルスの感染状況によってはお持ち帰りとなる場合もあります。

【主催・お問い合わせ】 プラザおおむら指定管理者 SINCO・NBC・SOCIA JV  
大村市本町326-1 TEL. 0957-47-6100