

おやつを食べて健康！嬉しいね♪



薬膳おやつ



日時：2016年 1月31日（日） 14：00～16：00

金額：スタンダード味噌4200円 もしくは 薬膳味噌4800円

5歳以上の子どもの参加 +800円

場所：日野市 東部会館

古くからあるけど、とっても役に立って、とても新しい「東洋医学」。
東洋医学をベースに作られた“薬膳”で、おやつを作りましょう。

薬膳を学びたい方や、甘いものが好きな方、そして体に良いやさしいおやつが食べたい方、
などなど・・・☆ お待ちいたしております♪

寒仕込み味噌作りと、味噌のおやつ



※ 当日は作った味をそ持ち帰り頂きます。袋のご用意をしてお越し下さい。

～ おやつメニュー ～

味噌入りマーカールオ

・・・マレーシアの蒸しカステラ、隠し味に味噌を。

薬茶：生姜クルミ入り黒糖茶

・・・身体を温め、腎を強化。



場所：日野市 東部会館の調理室

多摩モノレール：万願寺駅下車・徒歩4分 京王線：高幡不動駅徒歩15分

持物：エプロン・手ふきタオル・三角巾・筆記用具・持ち帰りのタッパー・重石様の塩 1.2キロ

参加申し込み方法：お電話・メール（定員15名）

電話：090-11103-0601 メール：oyakohari.runbini@gmail.com（佐伯まで）

※キャンセルの場合、開催日の1週間前より材料費を全額頂いております。ご了承ください。

講師：羽多 寿永

リマッキングスクール師範科、正食医学講座修了、国際中医薬膳講師。自然と人の調和をテーマに料理教室を開催。



主催：るんびに

るんびにはり

検索