

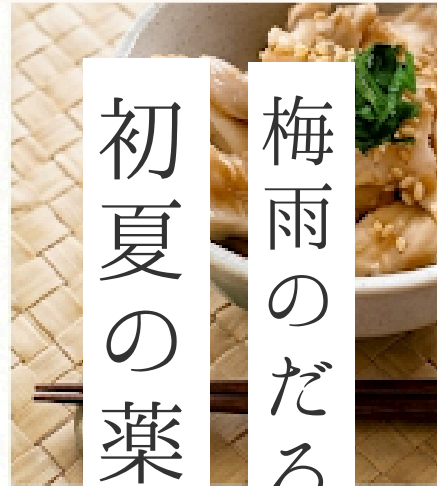
6/23
(火)

11:00 -
13:00

JA横浜 クッキングサロン
ハマッ子 (3階)
センター北駅徒歩1分

車でご来場の際は、近隣の
コインパーキングをご利用ください

生協の国産・
無添加食材で楽しむ
薬膳講習会と
試食



初夏の薬膳

梅雨のたるさを整える



季節にあった、体の不調を改善する
レシピを紹介します。
身近な旬の食材を使って薬膳はじめませんか。
安心安全にとことんこだわった生協、
生活クラブがお届けします。

Menu

- *とうもろこしと生姜の炊き込みご飯
- *冬瓜と干し椎茸のスープ
- *鶏肉の梅蒸し
- *きゅうりとみょうがの和え物

講師：工藤 美恵子先生



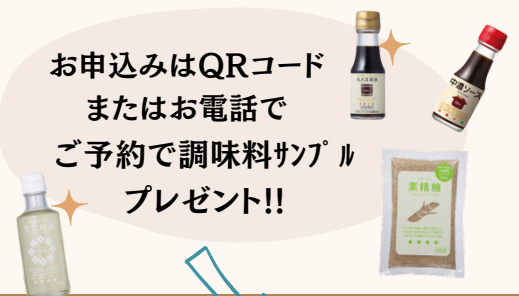
素材を大切に、手際よく、あっと驚くような
創作料理。でも簡単に・・・
料理で家族の笑顔を作りたい、そんな気持ちを
伝えたい 愛ある料理伝道師

NPO法人 フォーラムアソシエ登録講師
NPO日本食育インストラクター
女子栄養大学食生活指導士
国際薬膳食育士

参加無料

予約制

お申込みはQRコード
またはお電話で
ご予約で調味料サンプ
ル
プレゼント!!



横浜北生活クラブ生協 緑センター

TEL：0120-371-902

[受付時間] 10:00～18:00/月 - 土

