この活動は 一般財団法人 セブン-イレブン記念財団 の助成を受けています

第43回いそかん

春の七草を楽しもう

昔から「春の料理には苦味を盛れ」と言うのだそうです。春の苦味食材は眠っていた冬の身体に生命力や活力を補給して目覚めさせ、冬の間に蓄えてしまった脂肪を溶かし、身体に溜まっていた老廃物を体外に出してくれるのですね。かじって、からい、すっぱい、にがいを味わい、こんなにたくさんのものが食べられるのか！とビックリしてもらおうと思います。

今年は時期をグッと早めて、1月の七草の日に実施してみます。料理の専門家の中嶋先生もついていますので、去年大変好評だったセリご飯とか、テンプラ、おひたし、かゆ、おすましなど多彩に挑戦してみたいと思います。是非、来年も無病息災を願って、早春の食に舌鼓を打ってみましょう。ご家族でどうぞおいでください。

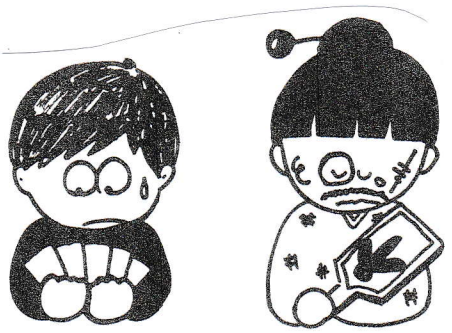
と　き：　2014,1,7(火)雨天でもします

ところ：　楠プラザ　調理室

講　師：　中嶋千絵さん

日程：　受付　8:45～

9:00～9:15	春の七草、山菜の話
9:15～9:30	中嶋先生の料理のお話
9:30～10:30	調理実習
10:30～11:00	いただきま～す
11:00～11:30	片付け・解散



今回は参加費　無料

《持ちもの》エプロン、三角巾、ハンカチ、ドギーバッグ（残りを持ち帰るためのタッパーのこと）

参加自由・初参加歓迎！

後援　　四日市市・四日市教育委員会

《連絡先》　萩森　繁樹（090-4269-0965）