



「ごま」が美味しい料理教室

ごまキッチン

5/27 (水)

11:00~14:00



GRANOLA
GENOVESE SAUCE

フライパンで簡単に美味しく！ 女性に嬉しい薬膳グラノーラ作りと ジェノベーゼソース作り

-- MENU --

- ◆薬膳グラノーラ作り
- ◆ジェノベーゼソース作り
- ◆ジェノベーゼ冷製パスタ
- ◆スープ
- ◆サラダ

今、美容健康に良いと注目を浴びている「グラノーラ」
ごまをはじめとした安心な原料に、アーモンドや、女性に嬉しい生薬「なつめ」「クコの実」「松の実」を加えてフライパンで簡単に薬膳グラノーラの完成！これからは、自分好みの世界にたったひとつのグラノーラを作りませんか？
また、フレッシュバジルで、初夏にぴったりのジェノベーゼソースを作ります♪香り高く味も絶品な、できたてのソースを使って冷製パスタを作ります☆
ぜひご参加下さいませ！

講師



ののママキッチン (野々口美智子：おうちごはん研究家)
料理が大好きな2児のワーキングママ。普段は不動産会社で勤務しています。忙しくて慌ただしい毎日だからこそ！働いていても！毎日子ども達にしっかりご飯を作りたい！という気持ちから、働くママの応援レシピとして時短レシピを提供中。おいしくたのしく健康に！をモットーに日々の食卓をお助けします。

 nonouchigohan



「旬食材」と「ごま」をたっぷり使った
身体に優しい「**おうちごはん**」を一緒につくる
参加形式のお料理教室です。
お料理初心者の方、男性も大歓迎！
おひとり様からでもお気軽にご参加ください。



参加費 4,400円 (税込)

初回受講の方は
トライアル価格 2,200円 (税込)

お申し込み方法

gomacro Salon 075-257-5096

または

ご予約ページ <http://gomacro.resv.jp/>



 facebookページ 『ごまのお料理教室 ごまキッチン』