

美味しい・ヘルシー・インスタ映え!! 夏野菜と発酵食品レッスン

塩麹



フルーツマトと塩麹鶏の冷製パスタ

味噌



丸茄子とホタテの味噌グラタン

ヨーグルト



アボカドと切り干し大根のヨーグルトサラダ

チーズ



お手軽レアチーズ
オレンジソース

美味しくてからだに良い!!
見た目も重視の
夏野菜と発酵食品

発酵食品を使った料理は、からだにいいとは知っていても、
取り入れにくかったり、マンネリ化しがち。
そんなイメージを払拭する彩り豊かなメニューをご提案します。
カフェ風なおしゃれさなのに簡単。
暑い時期でもさっぱりとして食べやすい、しかも夏野菜たっぷりヘルシー。
工夫満載の「学べる」・「使える」レッスンです。



- ◆日時
2017年 8月12日(土)11:00～・
16日(水)19:00～・18日(金)11:00～
- ◆料金
会員 5,000円(税込) / ビジター(一般) 6,000円(税込)
- ◆定員 各回8名
- ◆店舗概要(レッスン会場)
キッチンソムリエ クッキングスクール
大阪市西区新町 1-4-12 ホワイトドームプラザ 5F
営業時間: 10:00~21:00 電話: 06-6538-0880
<http://www.kitchen-sommelier.jp/>