

3月1日より受付開始!

発酵教室

「甘酒・玉ねぎ麴の 作り方・活用術」

旬の新玉ねぎで〈玉ねぎ麴〉を仕込んで、お持ち帰りいただきます。
玉ねぎ麴を使って作る料理は、栄養価もアップしうまみもたっぷり。
夏バテ予防にノンアルコール、ノンシュガーの甘酒の作り方や
お料理への活用法もあわせてご紹介します。発酵プチごはん付き

日 時：令和8年 4月 3日（金）

① 10時30分～12時30分

② 13時30分～15時30分

会 場：勤労福祉会館 料理室

講 師：原田 浩子（発酵ライフアドバイザー・プロフェッショナル）

定 員：各16名（申込順）

費 用：2,500円（材料費）

持ち物：エプロン、ハンドタオル、筆記用具

※玉ねぎ麴はビニール袋に入れてお持ち帰りいただきます

申込方法：窓口および電話にてお申し込みください。

申込後、都合が悪くなった場合は、早めにキャンセルの
連絡をお願いします。

直前キャンセル、無断キャンセルのないようにお願いします

※講座開催日の前日・当日のキャンセルにつきましては、材料費頂戴
いたします。ご了承ください。

＜申込・問い合わせ＞

練馬区立勤労福祉会館 練馬区東大泉5-40-36

TEL：03-3923-5511（受付時間9：00～21：00）

