

5月1日より受付開始！

発酵教室

発酵食品は、素材に微生物を加えることで素材の中に含まれる糖やタンパク質などが微生物によって分解され素材の旨味が増して、美味しく食べる事が出来ます。なじみのある、発酵食品を作ります。

甘酒・塩麴の活用術 プチ発酵ごはん付き

砂糖や化学調味料を使わずお料理になり、塩麴、甘酒を使うことで消化がよくなり、うま味、栄養価もアップ！

日 時：令和6年6月30日（月）

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、持ち帰り容器は不要



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、材料費相当のキャンセル料を頂戴いたします。ご了承ください。

申込み・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）