

ヘルシー栄養教室

ごはんのお供編を

開催しました

令和4年6月4日（土）にヘルシー栄養教室「ごはんのお供編」を開催、11名の方が参加されました。



5品のレシピを実演し、その後各班に分かれての実習です。梅干し風味のひじきふりかけなど4品作りました。今回は初参加の方が多く、みなさん手際よく調理され、時間内に料理も完成しました。質問も多く、料理への関心の高さがうかがえました。



コロナ禍ということもあり試食は実施せず、お持ち帰りとなりましたが「家でもまた作りたい」「今日の夕食でさっそくいただきます」とのご感想をいただきました。

お味はいかがでしたか？

次回は12月に開催予定です。

