



食育

黒田千春のクッキング教室

日時

6月17日(火)

AM 10:00~12:00

場所 トムソーヤハウス

2008年3月8日(土)にはじめてのイベントを行いました、はや3か月。みなさまいかがお過ごしでしょうか。

梅雨のうっとおしい時期ですが、ぜひみなさまにぜひいらしていただきたいイベントを企画いたしました。

前回大変好評いただいた黒田千春さんの料理教室。

今回は特に「食育」のお話と子どもが喜ぶおいしく簡単クッキングが目玉です！お子さまが幼稚園や学校に行ってる間の素古ママのための「自由時間」。有意義にお過ごしくださいね。

その他にこの時期をさわやかに過ごすちょっとした暮らしのアイデアや夏に向けて、水回りのをきれいに保つ工夫などもご提案させていただきます。

トムソーヤクラブ会員様と一緒に、楽しい！ためになる！そんなことを仕掛けていきたいと思います。どうかこれからもよろしく願いいたします。

先生紹介！

料理は決まりをとっぱらうとレパートリーが広がります。

黒田千春

広島テレビ「テレビ宣言」や広島FM「オパレボ」で人気の料理研究科



ポットラック代表

1つのレシピの素材・味付・形をそれぞれ少しずつ工夫することで、アレンジの幅が広がるのです！毎日の料理を苦にするか楽しみにするか、全てはどれだけ遊び心を持てるかが決め手のようですね。「料理に失敗はないのよ。名前なんてできあがってからつけばいいんだから」

ポットラック
広島市中区西十日市2-15
TEL 082-297-6880

今回の料理は...

万能チャツネ

カレーのルーはチャツネが基本。インスタントを使わなくても自分でおいしくできるんです！

さっぱりぜんざい

レンズ豆を使った夏にぴったりのぜんざいです。しょうがは冷房などで冷えた体の血行を良くしてくれます。

夏のピクルス

食感がいい夏野菜を使ったさわやか、簡単ピクルス。おとうさんのおつまみがわりにもぜひお召し上がりください。

超カンタン 本格カレー

チャツネをつかった簡単カレー。お子さまにも食べやすいカレーです。添加物の心配もなく家庭で作ると安心！



食育ってなあに？

人間は、カラダのもとになる材料や生命のエネルギーを、食べ物から摂取しています。

生命のみなもと「食」。どのような食べ物を、どのようにいただくかという事をしっかりと考え、大切にしておく事。人として最も基本的で重要なこの要素を、教育としてとらえたのが「食育」です。

同時開催

設備の現品販売会！

キッチン・バス・洗面台・トイレなど住まいの設備の販売会。

一年で一番お求めやすい価格です。

水回りのリフォームをお考えの方、新築の方に嬉しい販売会

※申し訳ありませんが同業者の方はお断りしています。

※予約後1か月以内に施行できる方に限らせていただきます。

トムソーヤハウスは...

会員様限定でご利用いただけるフリースペースです。

- お仲間同士でのイベントや集まりなどにご利用ください。
- キッチンがありますが火や水はご利用になれません。
- 物品の販売はできません。
- お子さまだけのご利用はできません。
- 飲食は持ち込みでお願いいたします。

使用料 1グループ 1時間300円

※電気代金のみのいただきます。



しまなみ百年の家
KOBAYASHI
ZAIMOKUTEN

笑顔づくりは快適住まいづくり。小林木材店の業務は多岐に渡ります。

小林グループ □小林サッシセンター □住設部
□小林材木店 □インテリア小林 □木材部

TEL 0845-24-0014 FAX 0845-24-0629
〒722-2211 広島県尾道市因島中庄町3366-2

