



「さくらのあうち」
《食に対する知識を高めるお料理教室》

第2弾!

バッキ&ランチ 教室

昨年11月に行われました、第1弾《りんごジャム作り》は、満員御礼の大好評！
多くの方のリクエストにより、第2弾を開催致します。
今回は、お肉（牛・鶏・豚・卵）をメインにバッキします。



毎日食卓に上る、肉・魚・野菜・卵など、
水洗いだけで安心でしょうか？
水洗いだけで落ちない、食材の汚れを落とす、
洗浄方法(バッキ洗浄法)を学びます。
ご家族の健康の食卓の為に、是非ご参加ください。

日時：2月9日（木） 11:00～14:00

講師：磯村恵子先生 HP <http://www.isomurakeiko.com/>
横浜・本牧こだわり手作りジャム工房「磯村家のキッチンから」店主

費用：3,000円（講習費・ランチ付）

場所：阿佐ヶ谷「さくらのあうち」 TEL 03-5373-8031

持ち物：エプロン、タオル、筆記用具 定員：12名

ランチメニュー：食品も調味料も全てバッキします。

肉料理・卵料理・つけ合わせのお野菜（小松菜等）・味噌汁（豆腐、揚げ、ねぎ）
漬物（白菜、大根、人参の塩もみ）・ごはん

お申し込み 「さくらのあうち」

TEL 03-5373-8031

FAX 03-3339-2922

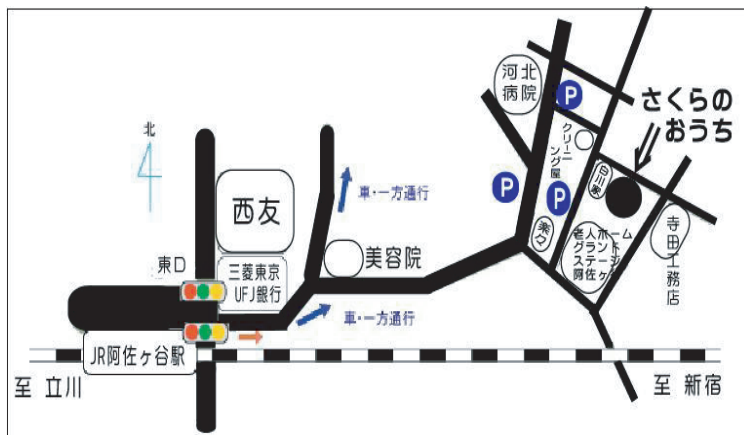
E-mail yume@tokyo.email.ne.jp

申し込み締め切り：2月6日（月）

定員になり次第、締め切ります

<http://sakura-rainbow.jp/concert.html>

<http://sakurafushigi.jugem.jp/>



東京都杉並区阿佐ヶ谷北1-9-9

JR中央線「阿佐ヶ谷駅」東口下車 徒歩5分