

福山市聴覚障害者 地域活動支援センター

TEL973-8577
FAX973-8578

西町1丁目19-2

お料理講座



ハーブを使ったクリスマス料理

料理にさわやかな香りづけをしてくれるハーブ。
様々な種類がありその特徴や効能もいろいろ。
クリスマスに向けてハーブを使った料理に挑戦
してみませんか。

メニュー

* ハーブローストチキン

* グリルきのこハーブサラダ

* ハーブ入りガーリックトースト



日 時	11月14日（金）10：00～12：00		
場 所	西交流館 実習室		
講 師	みはら かずえ 三原 一恵 さん（福山市地域活動栄養士会）		
持参物	エプロン・マスク・三角巾・飲み物 自分用の手拭きタオルとふきん		
材料費	約1,000円	定 員	12人
締切り	11月5日（水）		



どなたでも参加できます。 たくさんのご参加をお待ちしています。