

旬

の

柚子

第32回

そがまゆみの台所

～おうちの食卓を楽しくちやんとごはん～

柑

橘

八朔

メニュー

ゆず、はっさく

ポンカン、伊予柑…

料理に広がりや

変化をもたらす柑橘を

ふんだんに

そしてさりげなく使った

爽やかで華やかで

お酒落な献立はいかが？

そがまゆみプロフィール

栄養士、食生活アドバイザー、紅茶コーディネーター、製パンディプロマ、マクロビオティックディプロマ、みそソムリエ。宮前区在住。大手食品会社、ティールーム勤務、企業栄養士保育園の栄養士、チーズアドバイザー等を経て現在は手づくり味噌、味噌料理、発酵食品、食育などの講師活動を行う（自宅・出張教室）。

2019年

1

月

26

日

- ★柑橘寿司
- ★肉の柑橘焼き
- ★柑橘ドレッシングの和え物
- ★鮭の柑橘漬け
- ★柑橘ケーキ

※メニューは変更することがあります

時間：9:30～12:00

持ち物：エプロン、三角巾、布巾

定員：12名（予約制・先着順）※見学のみの参加、付き添い等はご遠慮ください

会場：アリーノ3F 調理室

参加費：1,300円（材料費込み）

申込方法：アリーノ1F事務室 または お電話 でお申し込みください

川崎市有馬・野川生涯学習支援施設

アリーノ

指定管理者
アクティオ株式会社

044-853-3737
URL <http://ari-no.jp>