

美味健康中国料理

美肌作り・解毒効果・風邪予防など健康によい薬膳料理から、本場中華料理まで。中国料理・薬膳料理の魅力が味わえる教室です。
ご一緒に作りませんか。

開 講 日 **第 3 土曜日 10:00～13:00**

4 月 20 日

5 月 18 日

6 月 15 日

定 員 16 名

受 講 料 4,500 円 (令和 6 年 4 月～6 月期)

材 料 費 1 回 600 円

講 師 **宮下 霞**

中国料理・薬膳料理研究家
中華料理技術資格 2 級取得
年間約 20 回の料理教室を開催
(薬膳料理、中国家庭料理、中華料理)

～講座の様子～



- ・コラーゲン入り小籠包
- ・中華スープ
- ・ひよこ豆ときくらげサラダ

季節や環境、体調に合わせた
食材の使い方やレシピを紹介
します♪

[お申し込み先]
ペアーレ大仙
Tel 0187(63)8600