



男女共同参画事業

餃子と焼売 自慢の一品に♪ ～料理は最高のコミュニケーションツール～

皆が喜ぶ一品を、自慢の定番に♪

料理は、いつでも簡単に美味しく作れるレパートリーがあると自信にもなり、楽しさ倍増です。ご家族の団欒や友人との集いに華やかな焼売、またはおひとりの食事にも美味しくいただける餃子をご紹介します。

世界各地に広がっているいろんな餃子の紹介や、餃子と焼売の違いなど、点心という食文化についてのお話もあります。

《藤井真紀さん

プロフィール》



中国料理と薬膳、スパイス料理を研究。料理教室「暮らしのスパイス」主宰。世界各地の家庭料理、養生食をフィールドワークし、多面的な日本の食の在り方を考察。

中医薬膳師、国際薬膳師。漢方アドバイザー。中国茶評茶員、紅茶コーディネーター、ナチュラル&ミネラルアドバイザー（食品添加物）。

日 時 10月5日(日) 10:30~13:30

場 所 3階「実習室」

内 容 ①餃子&包まない餃子(焼) ②糯米肉焼売(蒸)

③季節の蒸し野菜(蒸)&ネギ油のタレ

④ミネラル花巻(蒸)※試食のみ ⑤消化を助ける美味しい中国茶

講 師 暮らしのスパイス 藤井 真紀 さん

対象・定員 関心のある方 16人(男女各8人(申込順))

※性別に関して配慮が必要な場合はご相談ください。

材料費 2,300円(当日集めます)

持参物 エプロン、食器用布巾(持ち帰りたい方は容器など)

申 込 9月7日(日)8:30から29日(月)17:00までに
大塚公民館へ電話か来館で

※9月29日(月)17:00以降のキャンセルは、
材料費を徴収させていただきますので予めご了承ください。

大塚公民館

〒731-3167

広島市安佐南区大塚西六丁目3番2号

TEL (082) 849-1841

FAX (082) 849-1842

e-mail ozuka-k@cf.city.hiroshima.jp

H P <http://www.cf.city.hiroshima.jp/ozuka-k/>

*申込時にいただいた個人情報は
事業運営以外に使用しません。