

特別料理講習会のご案内

雑穀はお米に混ぜて炊くだけと思いませんか。

ひとつひとつの雑穀が持つ食感や栄養価などの特徴を活かすことで、おいしくてヘルシーな雑穀料理を作ることができます。

今回の特別料理講習会は、今年の雑穀料理コンテスト最優秀賞（日本雑穀協会主催）を受賞された田中雅子先生により、受賞作品を含めたオリジナル雑穀メニュー3品の講習を行います。ぜひ雑穀のイメージを一新していただきたいと思います。



2009年
雑穀料理
コンテスト
最優秀賞作品

デモンストレーション & 料理講習会

日時 2009年 **7月11日** (土) 10:30~13:30

会場 明治屋クッキングスクール

参加費 4,500円 (税・材料費込)

*当日のお支払いとなります。
*雑穀とレシピをお持ち帰りいただけます。

人数 40名

持ち物 エプロン、ハンドタオル、筆記用具

メニュー

2009年雑穀料理コンテスト最優秀賞作品

- ・はと麦と鶏のハーブ巻き ~もちきびソース
- ・たかきびともちあわのライスコロケ
- ・はだか麦のトマトサラダ



講師紹介



雑穀アドバイザー
食育アドバイザー
たなか まさこ
田中 雅子

自宅で料理教室を主宰し、食生活を豊かにする雑穀レシピを提案している。玉川高島屋S・Cのフーズビューローでは、食に関するアドバイスやレシピを提供中。また、幼稚園や小中学校において、保護者向けの講演や調理講習会での講師などを務め、地域や学校現場における食育活動にも取り組んでいる。

*注意事項 定員になり次第締め切ります。予約の取り消しは、7月8日(水)までをお願いします。以降はキャンセル料が発生します。

【お申込み・お問合わせ先】 明治屋クッキングスクール

〒104-0031 東京都中央区京橋 2-2-8 7F TEL: 03-3271-6640 FAX: 03-3271-6670

《主催》日本雑穀協会 《協力》明治屋クッキングスクール

特別料理講習会申込書 2009.7.11(土)

下記にご記入の上、FAX(03-3271-6670)もしくはE-Mail(cooking-school@meidi-ya.com)にてお申込みください。 ※郵送の場合は、上記の明治屋クッキングスクールの住所宛をお願いします。

お名前					
フリガナ					
TEL		FAX		E-mail	
住所	〒				