参加者募集



「岩はの実」料理講座

そばの実には、ダイエットに必要な食物繊維やビタミンB2が含まれて いる上に"レジスタントプロテイン"という脂肪の吸収を抑える希少なたん ぱく質が含まれています。

「でも・・・料理法がわからない??」。そんな皆さんの ために、毎日の献立に取り入れたくなるような"そばの 実レシピ"を紹介します。



体験教室・イベント

2月24日(日) 午前10時~12時 時

〉場 所 小町の館 体験館

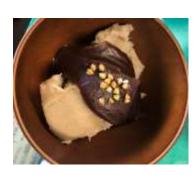
そばの実稲荷寿司、デザート風そばがき 內 容

ほか

15人 〉募集人数

1,000円(材料費を含む) 参加費

※エプロン、三角巾をお持ちください。





▶申込先・問合先 土浦市小野 491 土浦市小町の館 電話:029(862)1002