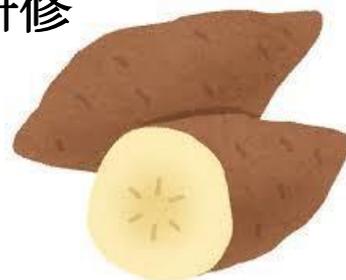


日時：29年2月5日（日）午前9時集合 午後1時まで終了

会場：富奥防災コミュニティセンター（富奥公民館） TEL248-0829



## 野々市の冬の食材を使った料理研修



講師 菊地 代緒恵 氏  
(Mother Earth 主宰)

### 【メニュー】

- 1 ヤーコン茶飯
- 2 春キャベツとわかめの塩麴スープ
- 3 スタッルド大根(大根くりぬきシーチキン他カラフル野菜詰め煮)
- 4 車麴とヤーコンのマリネ
- 5 ヤーコンベニエ (時間があれば)

### 【講師からのコメント】

かぶは この時期 取れにくいかと思ひまして

大根にしております

麴を使うということで 簡単な塩麴

金沢の代表素材 車麴

ヤーコンの変色がない酢漬けで マリネ

ヤーコン茶飯 は 以前 北国街道でお出ししたものです



ヤーコン煎餅、大根寿しも試食します！！



定員 調理から参加は、20人。試食・懇談からの参加は10人  
計30人 ※試食からの参加者は11時15分までに会場へ  
持ち物 エプロン、タオル、三角巾、飲み物、持ち帰り容器  
参加費 500円 (当日徴収します)  
申込先 地域振興課 TEL227-6160 当日連絡先：上野TEL08019587771  
※1月26日(木)の新年会までお願いします。