

お肌をピカピカにするハトムギ



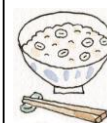
昔から**美容**や**健康**に良いとされる『**ハトムギ**』は、**お肌をピカピカ**にし、**古い角質**や**イボ**まで**取る**働きがあるとされ、漢方では**利尿作用**まで認められている**栄養価の高い穀物**です。そのハトムギの美味しい食べ方を、**楽しい料理教室スタイル**で開催いたしますので、是非ご参加下さい。



はとむぎ茶やはとむぎ粒、ほうじ粒、粉末、ハトムギ酵素を使って、サラダやご飯、ミネストローネ、デザートを作ります。

講師

はとむぎ料理研究家
管理栄養士、食養士、調理士
竹川雅子先生



場所

自然食百科 柿の木

倉敷市藤戸町天城2221
TEL:086-428-8227



日時

平成30年2月24日(土)
午前11時~13時30分

会費

お一人様800円
食事の必要なお子様は400円



募集人数20名になり次第締め切らせていただきます。

切り取り

はとむぎ料理教室 申し込み書

お名前

ご住所

電話番号