



～食で楽しむ自分時間～

体にやさしい 麴ごはん

「麴」は伝統的な発酵食品の原料として使われ、体にいいことがたくさん。
甘酒、しょうゆ麴、塩麴を使って、クリスマスの時期に合わせた料理を
作ります。

黒麴で作った甘酒と普通の甘酒の飲み比べもあります。



日時：12月12日(金)午前10時～午後1時

会場：中央公民館女性センター（鶴岡市みどり町22-43）

対象：鶴岡市、三川町、庄内町に勤務

または在住の高校生以上の方

講師：麴マスター 丸山 里美 氏

経費：2,000円(受講料550円・材料費1,450円)

定員：18名

申込：11月5日(水)～11月21日(金)

平日午前8時30分～午後8時まで

経費を添えて女性センターへ

電話予約可 0235-24-2340

女性センター
の情報は
こちらから→



市HP



Instagram



《メニュー》

- ★しょうゆ麴の和風ミートローフ
- ★トマトお味噌ココット
- ★万能塩麴きのこ
- ★甘酒黒糖蒸しパン
- ★しょうゆ麴・塩麴を作って
持ち帰ります

状況により、
メニューが変更になることがあります。