

毎月一回開催中！旬の食で健康的な暮らしを！

旬菜料理教室「お月見」

この季節たくさん出回っているきゅうりと茄子、6月に漬けた梅干しの梅酢を使って漬物を2種類作りましょう。暑い季節ですが、ごはんがすすむこと間違いなし！です。そばだんご汁の蕎麦粉は誠農社で育て、収穫し、作ったばかりの新鮮なそば粉を使います。デザートは、お月見に因んだものにします。お土産もお楽しみに♪



8月31日（日曜）11時～14時

誠農社コミュニティーサロン

定員 10名

参加費 5000円 / 一名

献立

そば団子汁

きゅうりのQちゃん

即席しば漬け

押し豆腐のあえ物

鶏むねときゅうりの梅炒め

申込の締め切りは8月28日です。

講師について

旧暦でお節旬など季節の行事をお祝いする季節のごはんや梅干し、お味噌など素材を作る教室「始笑(はじめてさく)」を主宰。昔からある暮らしの中の香り、蒸気のゆらぎなど、目に見えないものを楽しむことを得意とする。料理を通して五感を澄まし、季節によりそった暮らしを作ることを提唱。

■ 電話申込・問い合わせ先：0480-26-4568 誠農社（フジハウジング）担当 ワダ

■ FAX申込欄 送信ファックス番号：0480-53-4652

| | | | |
|------|-------|---------------------------|--|
| 代表者名 | | 参加者様 お子様（小学生未満） 名 名 | 交通手段 <input type="checkbox"/> 車 <input type="checkbox"/> 電車 |
| 住所 | 〒 -) | | |
| 連絡方法 | 電話番号 | メールアドレス | @ |
| その他 | | | |

その他の申込方法は、誠農社ホームページ <http://www.seinousha.com> でご案内しています。

農業生産法人誠農社 〒347-0026 埼玉県加須市油井ヶ島1393-1 TEL 0480-53-4651