

麴士に学ぶ 発酵食の魅力



- 講師 上級麴士 堀 充美
- 開講日 第4木曜日
15:30~17:30
- 受講料 3ヵ月分6,000円+税
※教材費別途教室支払い
(1回2,000円程度)
- 持ち物 エプロン 手拭タオル
手提げ

発酵食とは、微生物の力によって長期保存でき、うまみ成分がアップし素材が持つ栄養価が更にUPする健康食です。麴を使った発酵調味料や、みそ玉作りなどを実習します。試食あり。楽しく健康的でお手軽な発酵食を作ってみませんか。4月から始まる3ヵ月講座です。



= H30年4~6月 カリキュラム =

- ①4月26日 西京みそ&みそ玉作り ★試食：みそ汁
- ②5月24日 甘酒作り&麴のおやつ作り ★試食：甘酒スムージ&麴のおやつ
- ③6月28日 麴調味料作り<塩麴・醤油麴・出汁麴>
★試食：麴調味料を使ったお料理

詳細は右記フリーダイヤルまでお問い合わせください。
※内容・日程は変更になる場合がございます。ご了承ください。
※講座により募集締切日が異なりますので、お問い合わせください。
※お申し込みの人数によっては、開講中止となる場合もございます。予めご了承ください。

中日文化センターへ初めてご入会される方は、別途入会金(3,500円+税)が必要です。