

# 乾物を美味しく楽しく、グッと身近に！ 乾物 “ことはじめ”

干し野菜を作りたいけどイマイチやり方や保存方法がわからない…  
料理に使うのも面倒だし、いつも同じ味になってしまう…

そんな方にぜひ！基本の乾物の戻し方、自家製野菜乾物の作り方やコツ、  
活用料理法を伝授します。レシピ、自家製乾物作りスターターキットや  
サンプルなどのお土産付き。3カ月講座。



- |     |            |                   |
|-----|------------|-------------------|
| 第1回 | 乾物×かんたん×エコ | 自宅で手軽にできる作り方      |
| 第2回 | 乾物×おいしい×健康 | 旨味たっぷり乾物ダシの使いこなし術 |
| 第3回 | 乾物×あんしん×防災 | 乾物ローリングストック法      |

受講日：第4火曜 13:00~15:00  
(10/26、11/30、12/28)

講師：DRYandPEACE上級認定講師 成田奈苗

受講料：13,365円（税込・3回分・教材費含む）

持ち物：筆記用具



詳細は下記フリーダイヤルまでお問い合わせください。  
※受講料には維持管理費が含まれています。  
※一部の講座の受講料には音楽著作権使用料が含まれています。  
※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、  
別途登録料550円(税込)が必要です。

申し込み方法  
受講料など



詳しくはQRコード  
または  
中日文化センター  
ホームページから

新型コロナウイルス  
予防対策実施中

楽しい学びで  
免疫力もUP!