

食育・花育センター 料理教室

1月



一般

親子・子ども

1月13日(金)



スパイスの基本1 スパイスでお菓子&飲み物

- 時間：10:00~12:00
 - 参加費：2,100円
 - 定員：一般 32人
 - 講師：難波 真寿美先生
 - メニュー：ジンジャーブレッド、クラフトコーラ
- ※お持ち帰り



1月14日(土)

電子レンジで簡単 スパイスカレー

- 時間：10:30~13:00
- 参加費：1,500円
- 定員：小学生の親子 8組
- 講師：食育・花育センタースタッフ
- メニュー：スパイスカレー、食花の果物を使用したスムージー



1月17日(火)



ハーブたっぷり からだにやさしいタイ料理

- 時間：10:30~14:00
- 参加費：1,700円
- 定員：一般 32人
- 講師：高橋 美奈子先生
- メニュー：東北地方のハーブ鍋(チムチム)、タイ式茶碗蒸し(カイトウン)

1月20日(金)

野菜のおかず~寒の頃~

- 時間：10:30~14:00
- 参加費：1,500円
- 定員：一般 32人
- 講師：石田 恭子先生
- メニュー：白菜、大根など越冬野菜と青菜で作るおかずと漬物



1月21日(土)



お父さんと恵方巻 (たれカツ)

- 時間：10:30~14:00
- 参加費：2,000円
- 定員：5歳以上の親子 16組
- 講師：食育・花育センタースタッフ
- メニュー：カツ恵方巻、ごま和え、汁物

1月28日(土)

農家の豊かな暮らし「しあわせ献立」 ~自然栽培農家が教える みそづくり~

- 時間：13:00~15:30
- 参加費：3,500円
- 定員：3歳以上の親子 16組
- 講師：有機栽培・自然栽培のかあちゃん会
- メニュー：自然栽培手前みそづくり、自然栽培米のおむすび。 農薬・肥料不使用のお米と大豆を使って味噌を仕込みます。いろいろな味噌の食べ比べします。 ※味噌2kgお持ち帰り



1月30日(月)



居酒屋さんが教える 魚のさばき方

- 時間：10:00~13:00
 - 参加費：2,000円
 - 定員：一般 16人
 - 講師：渡邊 英之先生
 - メニュー：魚をさばき、煮付け、刺身
- ※一部お持ち帰り

▶ 申込み期間 **12月1日(木)~12月20日(火)**

▶ 申込み方法 1. 電話 ☎ 025-282-4189

2. メール shokuiukouza@ikutopia.com
QRコード申込みあり



QRコード

3. 館内ポスト 申込み用紙に記入し、食育・花育センター設置の
専用ポスト(正面入口から入って左側)に投函してください。

応募多数の場合は抽選とし、**当選者のみ12月25日(日)**までに、案内文を送付いたします。

▶ キャンセル料 開催日の3日前から発生します。(休館日を挟む場合は4日前から)
発生した場合は、全額を2週間以内にお支払いいただきます。

▶ 必要事項

- ①講座名、②氏名、③フリガナ ④郵便番号
- ⑤住所、⑥電話番号

⑦親子教室は子どもの名前・フリガナ・年齢

※親子の講座は保護者1人に子ども1人です。

※新型コロナウイルスの感染拡大状況に
よっては中止となる場合もございます。

※写真はイメージ・過去に開催したものです。

〒950-0933 新潟市中央区清五郎401番地

新潟市食育・花育センター

☎ 025-282-4181 休館日：1/1(日祝) 10日(火) 24日(火)