

メディカルハーブ&スパイスハーバルクッキングレッスン2020.1～6

1月 植物色素を学んで、ハレの日を楽しむ! 1/12 ・ 1/27 13:00～15:30  
実習 植物色素のフルーツビネガードリンクづくり  
お料理試食 ハーブ肉団子の紅白もち米蒸し ・ 三色ひしケーキ

2月 無添加・安心・我が家の味噌作り 2/16 ・ 2/17 12:00～15:30  
実習 我が家の味噌づくり 単発受講 6500円

この回のみ締め切りは12月24日まで

3月 ベジブロス、無駄のない食活用 3/8 ・ 3/16 13:00～15:30  
実習 ブーケガルニとエルブドプロバンスづくり  
お料理試食 ポトフ ・ ベジブロスで作るデザートゼリー

4月 油・脂・オイルをもっと知ろう! 4/19 ・ 4/20 13:00～15:30  
実習 きこのハーブオイルづけづくり  
お料理試食 きこのブルスケッタ ・ ココナッツオイルと米粉のボーロ

5月 フルーツとスパイスを探求しよう! 5/10 ・ 5/18 13:00～15:30  
実習 スパイシーオレンジマーマレードづくり  
お料理試食 オレンジマーマレードのローストポーク ・ オレンジマーマレードのパンケーキ

6月 夏を乗り切る調理実習 6/14 ・ 6/15 10:00～15:00  
調理実習メニュー スパイシースープカレー ・ にんじんドレッシングのサラダ ・ デザート・その他

日曜コース 1/12 ・ 2/16 ・ 3/8 ・ 4/19 ・ 5/10 ・ 6/14

月曜コース 1/27 ・ 2/17 ・ 3/16 ・ 4/20 ・ 5/18 ・ 6/15

\*全コース 13:00～15:30 (2月 12:00～15:30 6月 10:00～15:00) \*全コース同じ内容です

締め切りは講座開講日の一週間前まで 2月味噌づくりのみ12月24日まで

2コース内での振替えは可能ですが、満席の場合はご遠慮願う場合がございます。

受講料 全6回連続受講の場合 26000円(税・材料費込)

全5回(2月味噌づくりを除く) 20000円(税・材料費込)

単発受講の場合 1回(1月・3月・4月・5月) 4000円(税・材料費込)

2月味噌づくり 6500円(税・材料費込) 6月調理実習 5000円(税・材料費込)

場所 人数により変更はありますが自宅を予定しています。 松戸駅より新京成線常盤平駅

定員 月曜コース 10名 ・ 日曜コース 10名 ・ 6月のみ全コース 16名

(定員になり次第締め切ります。お早目のお申込みをお勧めいたします。)

\*実習で作ったものはお持ち帰りいただけます。調理実習は6月のみになります。

\*簡単な調理をしていただく回もございますが、お料理の試食がございます。アレルギーの除去食には対応しておりませんのでご了承ください。お申込み [info@ps-herb.school](mailto:info@ps-herb.school)

メディカルハーブ & スパイスを日々の食事の中で生かしていくことを学びます。合わせて旬の野菜や食材も学ぶことによって相乗効果を狙う、食をテーマにしたレッスンです。