



<対象事業>

下諏訪町食育応援隊の講座

麴で簡単！ 冬の発酵調味料講座

【下諏訪町では和食（日本の食）の伝承に取り組んでいます】

麴を使った“発酵調味料”を作る方が増えてきました。
今回は“活用の幅が広がるメニュー”をご紹介します！

日 時	令和6年 11月27日（水） 午前10時00分～午後12時30分
内 容	<ul style="list-style-type: none"> ・発酵のおはなし&塩麴と醤油麴づくり ・調理実習、試食（昼食として食べます）
メニュー	<ul style="list-style-type: none"> ・塩麴を使ってみよう 【塩麴ポトフ・リンゴと大根の塩麴浅漬け】 ・醤油麴を使ってみよう 【醤油麴で炊き込みご飯・長芋のバター炒め・油淋鶏風】

☆会 場 下諏訪総合文化センター2階 料理実習室

☆対 象 下諏訪町在住・在勤の方

☆講 師 下諏訪町食育応援隊 中山 友香 先生

☆持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具、持ち帰り用タッパーなど

☆受講料 1,000円（材料費）

☆定 員 12人

発酵調味料を持ち帰る容器もご持参ください。

目安となるサイズ⇒200ml～350ml

（中ぐらいのジャムの瓶の大きさ）

☆申込み方法

①下諏訪町公民館の窓口にて直接申し込み ②電話での申し込み

受付開始：10月18日（金）午前9時

受付時間：平日9：00～21：00

※先着順受付、定員になり次第締め切りさせていただきます。

※申込後、受講料は1週間前までにお支払いください。

また 11月23日（土）以降にキャンセルした場合、受講料をお返すことが出来ません。

申込み・問合せ
下諏訪町公民館
TEL：28-0002