

日本のスーパーフード『**とうふ**』 を使った料理とお菓子

お豆腐を冷凍してから使うと食感がかわり、
料理のバリエーションが広がります。
また、絹豆腐はちょっと手を加えるだけで
ヘルシーなお菓子に大変身！
いつもと違ったお豆腐料理を学びます。

エプロン・三角巾を持参してください。

木綿豆腐(冷凍)で、南蛮漬け・シューマイ
絹豆腐で、塩豆腐のレーズンバターサンド・紅茶煮



10月25日(火) 10時30分～13時

場 所:生活クラブ生協本部
さいたま市南区別所5-1-11 (JR埼京線「中浦和」徒歩3分)
講 師:細貝敏子さん (大人の学校の登録講師)
定 員:15名
参加費:3,000円 (材料代をふくんでいます)

お申込みやお問い合わせは

NPO法人大人の学校 電話(FAX)048-866-9466