

夏野菜で水キムチ作り

おいしいスープは乳酸菌もたっぷり



キムチと聞くと赤くて辛いイメージですが、水キムチは透明感にあふれ日本のお漬物に例えると浅漬けのよう。子どもから大人までサラダ感覚で楽しめるキムチです。野菜がたっぷりで、作ったその日からパリパリおいしく食べられます。暑い夏にはさっぱりした水キムチで野菜をたくさんとり、夏バテ防止に役立てましょう。できたての水キムチはアレンジして試食します。【定員 12 名】

2024年 **6月29日** (土) 10時～12時

場 所：生活クラブ所沢生活館 ※駐車場なし

所沢市美原町3丁目2971-5

西武新宿線「新所沢」駅下車徒歩14分

または、「新所沢」駅東口よりバス「美原三丁目」下車すぐ

参加費：3,500円 ※材料代込み

持ち物：エプロン・三角巾・マスク・タオル

定 員：12名

講 師 **李 亜民** (り・あみん) さん

ママたちの地域コミュニティーサロン さやマンセ代表。
埼玉県狭山市在住。在日コリアン3世。飯場でご飯をふるまい、たくさんの人たちとにぎやかに過ごす祖母の影響を受け、韓国料理などを通じて地域コミュニティづくりの活動中。生活クラブ生協の狭山生活館でカフェ「ふらっと」を運営、「ふらっと」では韓国料理などを提供。

밥 먹었나?
パッモゴッナ? ごはん食べた?



お問い合わせ
申し込み

特定非営利活動法人 大人の学校
電話/FAX 048-423-3313
メール otonano-gakkou@cure.ocn.ne.jp

