

ケールで薬膳♪

一般ご参加
可能

～ 漢方の食の知恵 spring ～

佐賀県鹿島市産のケールを知って、味わってみませんか？
イキイキとしたエネルギーが溢れ育ったケールは苦みが少なく、甘くて美味しいのが特徴。
身体が喜ぶ美味しさと漢方のヒミツ満載の講座です！

【講師からのメッセージ】

「ケール＝飲んで栄養」的な連想が広がりそうですが…
ちょっと待って下さい！

鹿島市産のケールは、飲んでももちろん美味しいですが、
食べてもスゴく美味しい野菜です！栄養価も高いケールは
漢方的にみても春には是非食べて頂きたい野菜の1つです。
ケールの魅力と春の養生法で、健やかに春を過ごしましょう。

【内容】

- ・ケールの特徴、
栄養価について
- ・漢方のマメ知識
- ・春の食養生
- ・ケールを使った
薬膳料理の試食



【講師】

CHIKAGE (ちかげ) さん
野菜ソムリエ、薬膳ビューティアドバイザー

《PROFILE》

佐賀県出身。OL、デパートの食品課勤務を経て、現在、佐賀の農畜産物を扱う専門店の青果担当。「良薬、口に美しく♪」をモットーに野菜や果物の魅力を薬膳を通して伝えている。

日程

2014年**3/15(土)**
14:00～16:00 (受付開始13:40)

会場

協会本部 福岡教室
(福岡市中央区天神3-4-2 高橋天神ビル5F)

持ち物

筆記用具

参費

1,500円 (当日会場にてお支払ください)
※ 食材手配の都合上、3/8(土)よりキャンセル料(参加費同額)が発生致します。
ご注意ください。

《お申込み》

定員24名



092-739-6788
(受付時間:平日10:00～18:00)



[URL] https://fooddiscovery.co.jp/eventorder_fukuoka/
日本野菜ソムリエ協会HP → 全国イベント情報 → 福岡支社開催



日本野菜ソムリエ協会

問
合
せ

福岡支社 (平日10:00～18:00)
TEL: 092-739-6788 FAX: 092-739-6789
E-mail: fukuoka@vege-fru.com