

食育・健康講座 I



日 時 6月9日(土) 9:00～12:00
受講料 1,500円
定員 40名
対象 小学5年生以上～一般
申込締切 5月14日(月)

講師 本学講師 宮崎 早花
テーマ 新日本型食生活
～ミルクマジックで乳和食～

乳和食とは、和食に牛乳を使用するという「ミルクマジック」を使って組み合わせることで、食材本来の風味や特徴を損なわずに、減塩およびカルシウムアップの効果が期待できる調理法です。本講座では、調理実習形式でご紹介します。

