



お片づけコーチングStudio HAGA主催

季節の歳時記料理 手前味噌づくり教室

2015年2月28日(土曜日) 開催
 午前のクラス10:00~12:30 午後のクラス14:00~16:30
 担当講師:松本希子 (おべんとうコンシェルジュ)

熟成させて、秋が食べ頃!
 自分でつくりはじめると、もう市販のお味噌は食べられません

手造り味噌歴20年の松本先生直伝。
 有機の玄米麹と有機の大豆をつかい、手造り味噌をつくります。
 材料:玄米麹1kg 大豆1kg 塩500g できあがり約3.5kg

当日ご用意いただくもの

エプロン、ポテトマッシャー、
 味噌タネをつめる容器 (6.0L)
 容器を持参しない場合は、
 ジップロックなどの密封袋 (大) 2枚

※ 容器を持参されない場合は、ご帰宅後
 ご自宅で容器に詰める作業が必要です。



昨年のクラスより

講師紹介



松本 希子 (まつもと きこ)

フードライター フードアナリスト おべんとうコンシェルジュ

「食のデザイン」をテーマに食と文化のコミュニケーションプロデュースを中心に商品開発や企業ブランディング、メニュー開発を行う。

息子が幼少期にアトピー、小児気管支ぜんそくを患ったのをきっかけに、食養生という日本古来の考え方に興味を持ち、食生活アドバイザーを取得。口から入るもので栄養を摂るを基本に、滋養が高い旬の食材にこだわったフードコーディネイトを得意とする。

2011年2月「Oh! Bento Labo」プロジェクトを立ち上げ、Bentoコンシェルジュとして二十四節気弁当、芝居弁当の企画制作を行いながら、日本のお弁当文化を世界に向けて発信中。

- 定員: 午前、午後各6名
- 場所: Studio HAGAサロン 東京都武蔵野市吉祥寺 (JR三鷹駅、吉祥寺駅よりアクセス)
- 受講料: 6,000円 (材料費込・税込) 下記銀行口座へお振り込みください。
- 開催時間: 午前のクラス10:00-12:30 午後のクラス14:00-16:30

お問い合わせホームからお申込みください

<http://www.okataduke.net/>

【講座受講料 振り込み口座】

三菱東京UFJ銀行 吉祥寺支店 (普通) 2600262 スタジオハーガ

Studio HAGA

〒181-0013 三鷹市下連雀3-27-1 S06 TEL&FAX: 0422-43-9908

e-mail: support@studio-haga.com ホームページ: <http://www.studio-haga.com>