

シツテ・サワツテ・サバイテ・・・

魚の達人プロジェクト 2013

大人のお魚教室

ムッシュと作ろう!



テーマ：食べてはじめる海の応援
季節の旬の魚のさばき方を学び、家族やお友達にも自慢できる
男の料理をつくろう!
海の恵みに感謝し、もっとお魚を食べて水産業の復興を応援しよう!



おいしさ満載! 冬のめぐみ ~イナダ~

メニュー ☆イナダと豚肉の角煮 ☆イナダのカルパッチョ
☆わかめのおひたし ☆あら汁

日時：2014年 2月 22日(土) 10:30~14:00

場所：みやぎ生協文化会館ウイス 調理室

参加費：1,500円

持ち物：エプロン・三角巾・布きん・筆記用具

募集人数：お魚料理がもっとうまくなりたいお父さんと若干名お母さん(25名)

申し込み：①住所 ②電話番号 ③氏名 ④年齢 ⑤メンバーコード を明記し、ハガキ・FAX・eメールで
984-0822 仙台市若林区かすみ町1-47 木村 和子
FAX 022-218-3663

e-mail tomekoomusubi0222@yahoo.co.jp

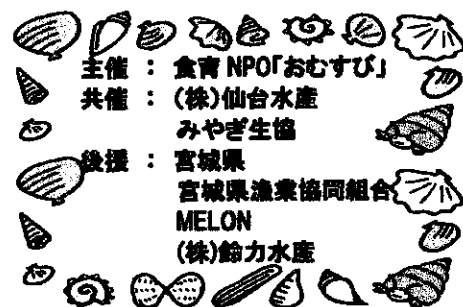
締切り 2/12(水)

※応募者多数の時は抽選 連絡ハガキは 2/14 発送予定

問い合わせ：食育NPO「おむすび」

携帯 090 4312 3025 (清水)

前は「サンマのさんが焼き」「サンマの酢じめ」などを作りました



主催：食育NPO「おむすび」

共催：(株)仙台水産

みやぎ生協

後援：宮城県

宮城県漁業協同組合

MELON

(株)鈴力水産