ECO なくらし

保存食ピクルス講座

食品を無駄なく美味しく食べよう！

ピクルス＆ピクルスを使ったサンドイッチを作ってたべよう♪

ピクルスは、クエン酸・アミノ酸などが豊富なお酢に、ビタミン・ミネラルを多く含む野菜をつけることで、作り置きができ、毎日の食事に取り入れることができるうれしい常備菜♪

【日程】

11月28日（火）

時　間　午前10時00分～午後0時

場　所　公民館　調理実習室

参加費　800円（材料代込み）

定　員　12人（定員を超えた場合抽選）

対　象　18歳以上の人

講　師　公民館職員

＊写真はイメージです

申込締め切り
11/10

問い合わせ・申し込み　大阪狭山市立公民館　072-366-0070