

健康おうちごはん

in HAPPY STUDIO



今回はお正月のお役立ちメニューをご紹介します！  
親戚やお友達が集まったら、おせちとはちょっと違う  
メニューはいかがですか？

- 皮いらすの2色シューマイ
- 韓国風白身魚のエスカベッシュ
- ごまと豆腐のコクウマ汁

お正月に如何でしょう🍡  
手軽にグルテンフリー焼売！  
米粉でカリッとカレイ焼き  
野菜たっぷりピリ辛南蛮漬

メニュー  
ディレクション  
&  
講座担当

官足法指導士  
マクロビオティック料理師範  
望診法指導士プロフェッショナル  
セルフチェック望診法認定講師  
講師：高橋 明子  
Akiko Takahashi



来月のメニュー

旬の冬野菜を存分に楽しめるメニュー！



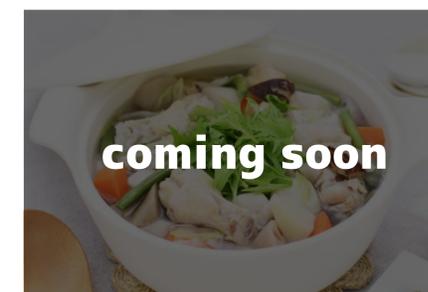
coming soon

餅と切干大根薬効おやき



coming soon

焼き野菜のアンチョビソース添え



coming soon

あったか鍋風スープ

お問合せ | ☎ 0493-62-2100 (または0493-62-2070)  
嵐山ガス株式会社 〒355-0216 埼玉県比企郡嵐山町むさし台1-3-1

男性のみ OK | 人数制限あり | 他教室も開催中

次回講義  
予約日時

次回講義の予約やお申し込み方法などは当社ホームページの  
「料理教室&カルチャー」をご参照ください。

嵐山ガス

検索

2次元コードで  
ページへリンク

