

健康 おうちごはん in HAPPY STUDIO

1/8(水)・1/10(金)メニュー紹介

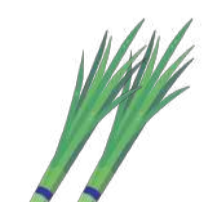




たっぷり野菜と米粉のビーフンで大満足なご馳走です。

みんな大好きツナが爽やかな香りのスープに仕上がりました。

シンプルな食材が高級中華になります。

シャキシャキ食感と旨味たっぷり！
香ばしいビーフン、コク深いえのき、さっぱりとしたセロリの組み合わせが絶妙。
栄養満点で簡単&ヘルシーな献立です！

-  にらたっぷりビーフン
-  えのきだけのオイスター煮
-  セロリとツナの汁

メニューディレクション & 講座担当

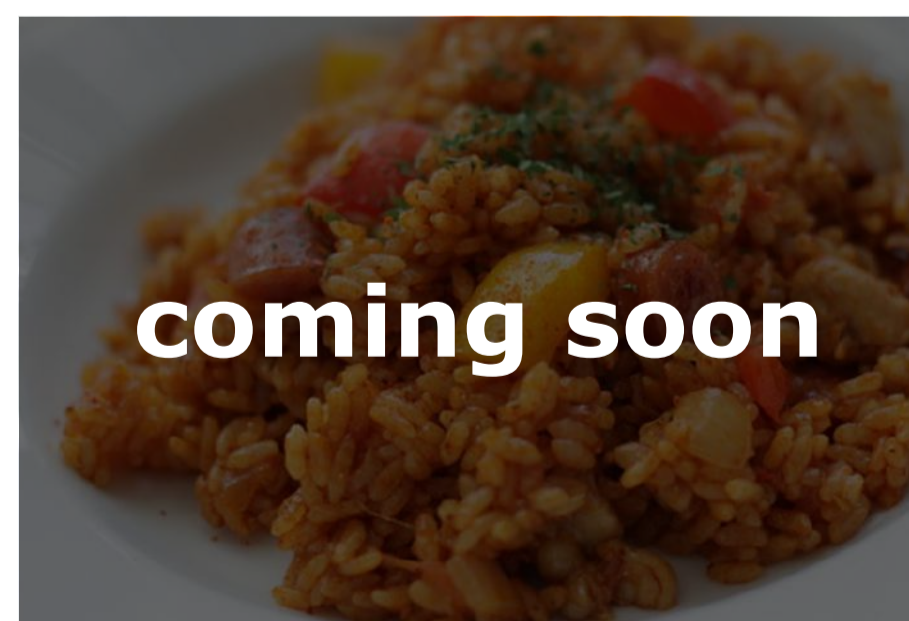
官足法指導士
マクロビオティック料理師範
望診法指導士プロフェッショナル
セルフチェック望診法認定講師

講師：高橋 明子
Akiko Takahashi



来月のメニュー

さきいかの旨味が決め手！コク深く食べ応え抜群の満足ごはんをご紹介します！



貝たくさんスパイシーご飯



さきいかとブロッコリーの煮物



さきいか入り貝たくさん汁

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

