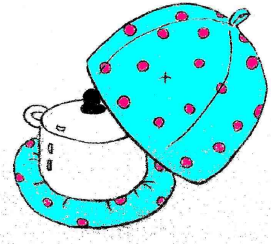




おいしい上に省エネ

魔法の保温調理グッズ 鍋帽子®を作る講座

コトコト火にかけ続けなくても、短時間の加熱後鍋帽子をかぶせておくだけで味のしみた煮物やおでん、スープ、ふっくらした豆料理ができます。鍋帽子を使ったレシピも紹介します。



2月29日(水)10:00～14:00

場 所：生活クラブ生協 2 階会議室

(JR 埼京線 中浦和駅下車徒歩 3 分あるいは JR 京浜東北線浦和駅からバスで 10 分)

講 師：「婦人之友」読者による浦和友の会会員の方々

参加費：材料費込で 2,500 円 (大人の学校正会員の方は 2,000 円)

定 員：12 名 (8 名以上の参加がない場合は中止となります)

持ち物：お昼 (お弁当など) 裁縫道具 (特にハサミ、しつけ糸、まち針)

託児の必要な方はご相談ください。

また、幼稚園のお迎えやご都合で早めの終了を希望の方もご相談ください。

お申し込みは、NPO 法人 大人の学校まで

電話 / fax : 048-866-9466

mail : otonano-gakkou@cure.ocn.ne.jp

