

# おしゃれでヘルシーな NY スイーツにチャレンジ♪ ニューヨーク

ニューヨーク在住の講師が、ニューヨークでも人気の卵や牛乳を使わないおしゃれでヘルシーなスイーツをご紹介します。イチジクのカレット・ドライフルーツをたっぷり使ったグラノーラ・玄米ライスプディングの3種類を作る予定です。この機会にぜひチャレンジしてみてください。【定員 20 名】

イチジクのカレット



## 7月27日（月） 13時30分～15時30分

場 所：生活クラブ生協本部 会議室（JR埼京線「中浦和」駅 徒歩3分）

講 師：



桜本リエコさん（LOHAS コーディネーター）

子供をバイリンガルに...と12年前アメリカに移住。  
2男子をもつシングルマザー。  
おしゃれなLOHASライフをNYからお届けしています

参加費：3,500円 材料代をふくむ

持ち物：エプロン・三角巾・筆記具

お問い合わせ・お申込みは、

NPO(特定非営利活動法人)大人の学校までお気軽にどうぞ！

TEL/FAX 048-866-9466

メール [otonano-gakkou@cure.ocn.ne.jp](mailto:otonano-gakkou@cure.ocn.ne.jp)

