

夏野菜たっぷりレシピのお料理

夏本番、暑くて料理なんて作りたくない…なんてもったいない。トマトやなす、きゅうりなど、夏は色鮮やかな野菜がせいぞろいします。野菜のパワーをしっかり取り入れて夏を元気に乗りきりましょう。

【定員 15 名】

メニュー予定

1. たっぷりトマトの冷製パスタ
2. 豚肉のピZZイオーラ（豚肉ロース薄切りの上に夏野菜をのせてピザ風に仕立てます）
3. ビシソワーズ（じゃがいもの冷たいスープ）



8 月 10 日（金） 10 時 30 分～13 時

場 所：生活クラブ生協本部（埼京線「中浦和」駅 徒歩 3 分）

講 師：立石 佳子さん

生活クラブ生協の食育サポーター、NPO 食育インストラクター 1 級
一般社団法人 全国料理学校協会認定 教師

参加費：3,200 円 材料代込み

持ち物：エプロン・三角巾

お問い合わせ・お申込み

NPO 法人 大人の学校

TEL/FAX 048-866-9466

メール otonano-gakkou@cure.ocn.ne.jp