

韓国家庭料理

ヤンニョムから作る 大根キムチ

総務省が発表した「世界の統計 2004」では韓国人 1 人当たりの 1 日の野菜供給量は世界一の 173kcal (約 500g) で、日本の約 2 倍となっています。また、世界保健機構 (WHO) は「韓国の慢性疾患の発病率が低いのは野菜摂取量が著しく高いためとみられる」と評価しています。今回の講座では、旬の大根をたっぷり使いヤンニョムとキムチを作り、大根キムチとヤンニョムを持ち帰ります。

(ホカホカご飯とヤンニョムの試食もあり)

2022 年 **1 月 15 日** (土) 10 時~12 時

場 所：生活クラブ所沢生活館 ※駐車場なし
所沢市美原町 3 丁目 2971-5
西武新宿線「新所沢」駅下車徒歩 12 分)

参加費：3,000 円 ※材料代込み

持ち物：エプロン・三角巾

定 員：9 名

講 師 ^{り あみん} 李 亜民さん

ママたちの地域コミュニティーサロン さやマンセ代表。
埼玉県狭山市在住。在日コリアン 3 世。飯場でご飯をふるまい、たくさんの人たちとにぎやかに過ごす祖母の影響を受け、韓国料理などを通じて地域コミュニティづくりの活動中。

밥 먹었나?
パッ モゴッナ? ごはん食べた?



お申し込みは、特定非営利活動法人 大人の学校まで
電話/ファックス 048-423-3313

