

新潟薬膳

高津式薬膳梅醬作り

9月26日(土)・9月28日(月) 定員:各教室共8人

赤ちゃんおんぶの参加はOK

スタジオカルチャー:10:30~12:30 おうちカルチャー:13:30~14:15



講師 国際薬膳食育師
高津料理教室主宰

高津 もろみ先生

●薬膳講座(座学)

- ・薬膳と梅
- ・薬膳梅醬の魅力

●高津式薬膳梅醬(実習)

※作った梅醬はWECKの瓶に入れてお持ち帰りいただきます

●梅醬アレンジレシピ

- ・・・御凌ぎ(軽いお食事)

※梅醬を使って作る

「ご飯」と「スープ」をデモンストレーション

●持ち物・・・筆記用具・エプロン・(あれば)琺瑯鍋又は土鍋

※ない場合はスタジオのステンレス鍋で作ります (20cm位)



無添加オーガニック梅干し
天然醸造醤油・天然昆布

3つの教室からお好きな教室をお選びください

スタジオカルチャー

先生から直接習って、料理も楽しむ！
スタジオならではの食材や体験等、充実した内容
コロナ対策として、少人数、短時間で行います。

おうちカルチャー

Skypeで、おうちにいながらわかりやすく講習します。
調理のコツもご覧いただけます。
家族と一緒に受講することもOK！
アプリのダウンロードや、Wi-Fiの環境が必要です。

きままにおうちカルチャー

充実した資料でサポート！時間や面倒な操作に
縛られず、自分のペースで学べます。

写真の梅干し・醤油・昆布出汁が1単位分の材料。
200cc入りの瓶1つ分くらいに濃縮します。
今回は1人1単位の薬膳梅醬油を作ります。
ただただお鍋の中をかき混ぜるだけ・・・
その時間が食材と向き合い、また自分自身と
向き合う時間にもなります。
先生のお母様から受け継いだこの「高津式薬膳梅
醬」を是非作って活用してください。
おうちで安心して学べるコースもあります。

【次回の教室】

11月26日(木)・11月28日(土)

薬膳チャーシュー作り(お持ち帰り)

※高津先生の薬膳おせちでおなじみの1品
をご家庭で・・・

※キャンセルについて

●スタジオカルチャー:開催1週間前からのキャンセルはできません。
「きままにおうちカルチャー」へのコース変更になります。

それ以前はキャンセル料はかかりません

●おうちカルチャーは:講習費をお支払いいただいた後のキャンセルはできません

	スタジオ カルチャー	おうち カルチャー	きままにおうち カルチャー
重ね煮講座	◎	○ Skype受講	×
資料	◎	◎	◎
調理実習	◎	○ Skypeで調理のポ イントもお知らせ します	×
レシピ	◎	◎	◎
受講料 (消費税込み)	5,000円	3,500円 (送料込み)	2,500円 (送料込み)

受講までの流れは、ホームページでご確認ください

・・・申し込み方法・・・

- ・ナチュレ片山2階KATAYAMA EIGHTオフィスに直接お申し込み
- ・メールでのお申込み culture@katayama-eight.com
- ・HPからのお申込み <https://keight.jp/culture.html>



メールでの申し込み



HPからの申し込み

件名「〇日薬膳梅醬作り」※〇の中に希望の日にちを入れてください

①氏名 ②住所(詳しくご記入ください) ③日中連絡できる電話番号 ④希望の受講方法

申し込みメールには3日以内に返信いたします。

返信がない場合はお手数をおかけしますが、担当までご連絡ください

・問い合わせ先 ※電話での申し込みはできませんので、ご了承ください

070-3351-7393 (カルチャー担当) / 025-270-0088 (カタヤマエイト)



CULTURE STUDIO
Nature KATAYAMA