

手作り塩辛の 美味しさをご 一緒に



日本古来の食のあり方、旬の素材をおいしくいただくことを「知る」お教室。
「シルコト」～其の二十七～は「手作り塩辛の美味しさを味わおう」です。

安心安全な食卓のために大切なこと。第一に素材選び。

そして、同じくらい大切なのは「素材の洗い方」です。

素材が汚れているということ、それは環境によるところが大きい。

肉、魚、野菜、卵など生産方法を知り自身で安全を手に入れましょう。

本教室では、水洗いだけで落ちない素材の汚れを落とす洗浄方法を学びます。

また、体に優しい食事の食べ方なども知って欲しいです。

講師： フードナビゲーター磯村恵子

日時： 2013年2月16日（土） 10時～12時半

場所： 本牧地区センター調理室（中図書館となり）

中区本牧原15-1

費用： ¥3,000-（昼食・講習費込み）

「シルコト」とは・・・

フードナビゲーター磯村恵子が主宰する食にまつわる知識を高めるお教室。食の安全といつても、何が安全で何が危険かを判断する基準が難しい…。加工食品を買わないで、なるべく自分で手造りといつてもそれが本当に安全かどうか…。どこで作られているのか…。不安なことがいっぱい。それなら私が安全を確かめる勉強会を開催しよう！と2009年よりスタートしました。

さまざまな角度から食をとらえ、興味深いお話を織り交ぜながら参加の方と一緒に勉強していきます。

講師紹介

フードナビゲーター磯村恵子

食品の生産・流通の過程に疑問を抱き調味料など全て手作りする事を勉強する。1997年より群馬県で野菜作りを始める。古来よりの日本人の身体にあった食文化のもつ素晴らしい、旬の素材のもつ美味しさをひろく広めたいと活動開始。横浜にて完全無添加・国産素材のジャムや調味料を製造販売する「磯村家のキッチンから」店主。

お問い合わせ

磯村家のキッチンから

TEL045-623-6537 (平日10:00~17:00)

Mail: mail@isomurakeiko.com