

# 直売・カフェ こころや 体験教室 参加者募集中です！

開催日 8月31日(月) 定員 6名

時間 14:00～16:00 場所 こころやカフェにて

～料理研究家・中村美紀さんに教わる～

『じゃがいものパンケーキ&トマトジャム』

『ジンジャエールの素』をつくる

料理教室



●昨年人気のあった先生のアンコール教室です。

内容は、『じゃがいものパンケーキ&トマトジャム』と『ジンジャエールの素』をつくる教室です。

料理研究家・中村美紀 さんに教わります。

2007年より子どもたちとの暮らしの中で生まれたレシピをブログに掲載し、独自の時短メソッドによる「忙しいママがすぐに使いたくなる時短レシピ」に定評があります。

皆様のご参加をお待ちしております。

## ●講師

☆ 料理研究家/栄養士・野菜ソムリエ 中村美紀

福島市生まれ。「ミキティママ」の愛称で料理研究家として活躍中。2018年4月に、仙台市に移住。郡山市と仙台市の2拠点で活躍中。子どもの食育活動『たべてく』にも力を入れている。

●参加費用 2500円(材料費、講師代)

※エプロン、三角巾、ハンカチをご持参ください。

※マスク着用 または ハンカチ持参でのご参加をお願い致します。

●定員 6名 先着順とさせていただきます。

●お申し込みは こころやカフェ江藤 まで。下記電話にて受付け致します。

※駐車場について…駐車スペースが限られている為、お車の乗り合わせや、奥の駐車スペースへの駐車のご協力をお願い致します。



直売 カフェ  
こころや

福島県西白河郡泉崎村川畑 37-1 TEL:0248-53-5568 FAX:0248-21-8553  
MAIL cocoroya@cocoron.or.jp URL <http://www.cocoron.or.jp>