



旬の野菜を使った

# 料理講習会

## 今回のメニュー

- ♪サケとカリフラワーの南蛮漬け
- ♪七草がゆ風リゾット
- ♪根菜のミネストローネ
- ♪野菜のサラダ風浅漬け



日程	時間	定員	場所
2/21(水)	10:00~12:00	10名	J A 信州うえだ
2/23(金)	10:00~12:00	10名	本所3階調理室
2/26(月)	14:00~16:00	10名	(上田市大手 2-7-10)

※申込者が4名以下の場合には中止します。中止の場合は電話にて連絡いたします。

- 参加費 1,500円(消費税込、テキスト代含む)  
※家の光2月号 テキストを当日持参した方は参加費半額となります。
- 持ち物 エプロン、三角巾
- 申し込み 氏名、電話番号を、各開催日の1週間前までに電話にてお申し込みください。  
J A 信州うえだ 西部地区事業部 総務課(担当:石谷)  
TEL:0268-22-4668(平日8:30~17:00)  
※申し込みを取得した個人情報は本講習会以外に使用しません。