

# おかしなお菓子体験!

## くずきり つくろう!

### ★カラダにやさしい「くずきり」★

おかしなお菓子体験!今回は「くずきり」です!葛粉(くずこ)と水を混ぜて溶かし、型に入れて板状に固めたものを、細長く切った麺状の食べ物です。『葛』は、昔から体を温め血行を良くする食材で、葛根湯で知られているように風邪の対症療法として食されていました。「くずきり」は鍋ものや酢の物、サラダなど料理にも使われますが、今回は、お菓子として黒蜜をかけていただきます。楽しい和菓子のお話を聞きながら、穏やかな午後のひと時を過ごしてみませんか♪

イメージ



【持ち物】……………  
エプロン、三角巾、  
※マスクの着用を  
お願いいたします。

◆1)日 時: **5月17日(金)**

◆2)日 時: **5月25日(土)**

※ どちらかご都合の良い日程をお選びください。

◆時 間: **13:30~15:30**

※ **4月18日(木) 13時から申込開始**

受講料: 各回 **1.000円** (材料費込み)

◆定 員: 各回 **9名** (先着順)

◆講 師: **阿部 明 氏**

(オラド・ヤ・ルーベ 代表)

◆会場・主催: **サンライフ盛岡**

お申込み  
・  
お問合せ

**サンライフ盛岡**

住 所: 盛岡市仙北二丁目 4-12  
電 話: 019-635-9600  
F A X: 019-635-9601  
メー ル: sunlife@iding.org