

# 保存食講座

## 減塩みそづくり

### 手作りの”減塩みそ”を作ってみませんか

2日間とも参加  
できる人

どんな料理にもマッチする甘味があり美味しい味噌！

安心して食べられるものを食卓に！をテーマに、食に対する理解を深めることを目的に開催します。



大豆を黒豆に変えるとコクのある黒い味噌ができます。  
(今回、黒豆は準備していませんが、黒豆の持ち込みで作ることは出来ますヨ。)

**2月24日(土)** ①午後1時～ ②午後2時～

**2月25日(日)** 午前10時～ ※25日の詳しい時間帯は  
24日に話し合い、決定します。

- \* 講師：田中京子さん
- \* 場所：総合福祉センター3階 料理室
- \* 受講料：600円 出来上がり
- \* 材料費：4,600円<8kg>
- \* 持ち物：容器 エプロン

定員：①②各15名

申込み受付：1月10日(水)午前9時～

TEL24-0294  
働く女性の家まで