

小売店主催 マクロビオティックセミナー／けんこう舎(滋賀県大津市)

けんこう舎様では、昨年に引き続き2回目の開催です。昨年と連続で参加される方や大学の卒論でマクロビオティックを取り上げる学生さんなど様々な方々にお集まり頂きました。講師は昨年と同様、井上恵利子インストラクター。総勢10名での開催となりました。今回は玄米の炊き方についての質問が多かったのですが、井上インストラクターによると、大人と子供、男性と女性、季節や活動量等条件が違っているので、その人にあった陰陽バランスで仕上げるのが肝要という事でした。一番のポイントはおいしく感じられるのがベストとの事。頭だけで考えるのではなく、体で感じる事も大切であるという事を改めて実感しました。講義の後はお待ちかねの試食です。今回のメニューは玄米ちらし寿司、お吸い物、温野菜サラダ、ババロアの苺ソース添えと、彩り豊かなラインナップです。ボリューム満点で綺麗な飾りつけに参加者の方にも大変好評。もちろん味も最高でした。



和気あいあいとした
雰囲気
で調理しています。



Menu

- 玄米ちらし寿司
- お吸い物
- 温野菜サラダ
- ババロアの苺ソース添え

オーサワジャパンでは、さまざまなセミナーをご用意しております。

セミナー企画にご興味のある店舗様はお気軽に弊社営業部までお問い合わせくださいませ。