

もっと野菜食べよう！
ミニ講座

旬の「かぶ」を おいしく！

柏の3大野菜といえば、かぶ・ネギ・ほうれん草、
中でも柏市が生産量全国1位と言われているのが「小かぶ」です。

春の七草で「すずな」と呼ばれている

小かぶの旬は10月から。

地元柏の小かぶをおいしく食べましょう！



10/26 (木)
14:00~14:30



10/30 (月)
10:30~11:00



申し込み不要
無料
定員 先着12名

※ 同じ内容の講座を2回実施いたします。

場所 ららぽーと柏の葉 北館3F
まちの健康研究所「あ・し・た」

本講座は、原則まちの健康研究所「あ・し・た」の会員様向けとし、会員でない方の体験参加は2回までとさせていただきます。

以降は、会員登録（無料）の上、引き続きご参加くださいますようお願いいたします。



まちの健康研究所「あ・し・た」
ワンポイントアドバイザー
料理研究家 大瀬由生子

主催：まちの健康研究所「あ・し・た」 04-7197-7713