

もっと野菜を食べよう！
三二講座

トマト



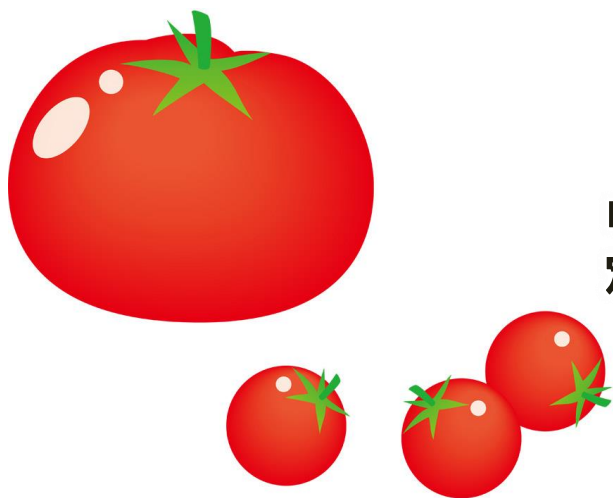
トマトといえば、その赤い色素「リコピン」の抗酸化作用が注目されていますが、それだけでなく、トマトにはおいしいと感じるうまみ成分も含まれているのです。

旬を前に、太陽の光を浴びて育つトマトのパワーとおいしい食べ方を学びましょう！

5/21 (月)
10:30~11:00

5/30 (水)
10:30~11:00

※ 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」

申し込み不要、無料
定員 先着12名



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

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。

主催：まちの健康研究所「あ・し・た」
04-7197-7713