

もっと野菜食べよう！
ミニ講座

「ごぼう」

一年中あるように思えるごぼうの旬、ご存じですか？

秋に植えて成長前に収穫する「新ごぼう」の旬はこれからの季節です。

食卓の主役になることが少ない地味なごぼうですが、今年は、味も香りもよい旬に味わってみてはいかががででしょうか？



3/18 (月)
14:00～14:30

3/28 (木)
14:00～14:30

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