



講座番号 26-A-27

講座名 薬膳発酵 夢見る大人の家庭科室

第 2 土曜日

時間 10:00~13:30

定員 12

4月 11 5月 9 6月 13 7月 11 8月 9月 12

10月 10 11月 14 12月 12 1月 9 2月 13 3月

教授名 富田美紀

講座教室 高松公民館調理室

☆教授プロフィール☆

“カメリアシンンシス・茶”の奥深い茶の世界を探求しています。丁寧に淹れられた世界のお茶の美味さや香りを楽しむことができるようにお伝えしたいです。私の講座のコンセプトは“自然・茶・癒・香”です。一般社団法人日本プロトコール・マナー協会認定インストラクター・ティーコーディネーター・世界のお茶マイスター・日本中国茶協会認定中国茶エキスパートシニア・薬膳茶エバンジェリスト・スリランカティマスターコース修了・アフタヌーンティ協会アドバンス終了。自然を感じながら生きるスタイル、たどり着いたのが茶と発酵と薬膳の領域。“自然、香、捻、茶、発酵”

☆講座概要☆

発酵を取り入れた薬膳。季節と体調に合わせて中庸を意識した食事作り。糀調味料・味噌梅仕事等科学的なものから遠ざかる食生活へ。日々楽しめる薬膳茶も作りましょう。針をもっての手仕事も楽しみましょう。

☆講座詳細紹介☆

薬膳： 座学20分(二十四節気、中医学、五行等)

調理： 60分

糀を使った調味料と手軽な材料、すぐ作れる料理です。

(味噌・梅干し・特別な仕込みは別料金です)

その他経費：1,500円/回