

初心者の魚料理教室

今回のテーマは鯖

「さわらの味噌焼き・ちらし寿司」



効能効果 : 老化防止 骨の強化 血液サラサラ がん予防

日時 2月23日(土) 午前10時~正午

場所 エスポアール 料理室

対象 寝屋川市内在住・在学・在職の15歳以上の人16人
(申込順・5人未満のときは中止)

参加費 1,000円

持ち物 エプロン、三角巾(バンダナ)、ふきん2枚

申込 2月1日~直接窓口または電話(申込順)

問い合わせ

寝屋川市立エスポアール

〒572-0043 寝屋川市錦町21番3号

電話 072-828-4141

担当 辻野

