

親子で作る米粉のおやつ

米粉は、グルテンフリーで消化によく、そのうえ「ダメにならない」「こねやすい」など、実はとっても使いやすい素材です。お近くの店でも手に入る米粉を使って、親子でクッキングを楽しみます。

講師
斎藤あさみさん
(市民大学「平成嚶鳴館」教員)

対象 … 年中児～小学生と、その保護者。(託児はありません)
会場 … 上野公民館 開催時間…午前 10 時～11時30分
定員 … 各回 8組 (応募者多数の場合は抽選。)
材料費 … 各回 900 円 ※開催当日集金。当日のキャンセルは材料費を申し受けます。

10月13日(月) 米粉のくるみブラウニー	11月1日(土) 米粉ピザ	12月7日(日) 米粉クッキー2種
		
アレルギー材料：乳、卵、くるみ	アレルギー材料：乳	アレルギー材料：卵、乳

1月11日(日) 米粉のさつまいも蒸しパン	2月7日(土) 米粉クレープ
	
アレルギー材料：なし	アレルギー材料：乳、バナナ

申込方法

1組2回まで申し込みます。
QRコードのページから、「メール申し込み」に進み、必要事項を記入して送信してください。または、上野公民館へ電話や直接窓口へお申し込みください。

10/8(水)までに抽選結果が届かなければ、お問合わせください。

申込締切
9月24日(水)



申し込み、問い合わせ先 **上野公民館** (9時～20時。月曜休館)

電話 052-603-0304 東海市名和町南之山 10-4 Eメール uekou1@ma.medias.ne.jp