



大人の源流塾



# 中津川郷土料理教室

## 参加者募集中！

### 6月23日(金) 山菜料理教室

【昨年はこのような物を作り、味わいました】

- ・ウドの葉ウコギの葉の天ぷら・わらびの煮物・わらびの一本漬け
- ・ゼンマイの胡桃和え・サンゴクの切り合せ・ミズ奈のくじら汁

### 10月27日(金) きのご料理教室

【昨年はこのような物を作り、味わいました】

- ・きのご飯(おふかし)・わらびの煮物・きのご寒天・飯寿司
- ・山菜汁・菊のおひたし・胡桃ゆべし

※同日開催『そば打ち道場』。打ちたてのお蕎麦もいただきます。

**時間** 10:00～14:00

**参加費** 各1,000円 **定員** 各20名(先着順)

お問い合わせ

源流の森センター

0238-77-2077 <http://ymidori.or.jp/genryu/>