

ステキ女子は、美に効くお酢を知っている。



お肉を軟らかくする
お魚の臭みをとる
減塩効果
カルシウム吸収促進
素材の色を鮮やかにする

お酢にはいろいろな効果があります

博愛会と同じ笹丘にある、「お酢カフェ・アチエートカフェ」のコラボ企画で、わかりやすいお酢の健康ミニ講座と、お料理でのお酢の上手な使い方をわかりやすく教えていただきます。
また、平辻シェフによるアチエートカフェのお酢を使った、簡単おいしいピクルス作りなども一緒に行います。

これを機会に、お酢のいろいろを学んでみませんか？



お酢のいろいろ講座

ついでにピクルスも作っちゃお!



日時 2013年5月16日(木) 15時-16時

場所 博愛会コミュニティホール(病院横ピア薬局3F)

料金 1,000円(受講料・材料代)

定員 15名(先着順)



ピラー・エプロンをご持参ください



講師 平辻宏シエフ

協力
アチエートカフェ

アチエートとは、イタリア語で、「お酢」という意味です。お酢を食事に取り入れることで、減塩や油脂を控えることができ、さらにお酢が持つ健康効果も期待できます! アチエートカフェさんでは、お酢を使ったお料理やドリンク、また新鮮な野菜をふんだんに使用した身体が元気になれるお食事を摂ることができ、授乳室完備でママにも優しいカフェです



アチエートカフェ
福岡市中央区笹丘1-23-2-1F
Tel:092-717-1025
<http://www.acetocafe.com>



(右)お酢の健康ミニ講座ではお酢のことがよくわかる「お酢健康読本」をプレゼント!



(右)最短20分で美味しいお漬物が作れるという、シェフおすすめのお酢を遣ってピクルス作りを行います。どうぞ期待!

病院隣ピア薬局の建物が講座の会場です
一番右端のドアより3階へどうぞ



MAP

医療法人財団博愛会コミュニティホール
福岡市中央区笹丘1-28-15ピアステージ笹丘3階

Medical Association Hakuhai-Gruppe

医療法人財団 博愛会

ふじた おごもり

企画担当: 藤田・尾籠



お申込みはこちらまでお気軽にどうぞ

092-741-2626