

小売店様主催 マクロビオティック料理セミナー
「無添加・からだにやさしい韓国料理」プロフーズ大阪箕面店（大阪）



▲井上先生のお話は分かりやすく、初めての方もマクロビオティックに興味を持たれていました。

今回の料理セミナーはプロフーズ大阪箕面店でおこなわれました。講師は井上先生で、テーマは『無添加・からだにやさしい韓国料理』です。参加者の中にはマクロビオティックをご存知ない方からベジタリアンの方まで、様々な方がいらっしゃいました。

最初にマクロビオティックのお話があり、玉ねぎの回し切りなどの説明を丁寧にしてくださり調理へ進みます。まず『ベジミートのブルコギ風』は戻した大豆ミートとタレをビニール袋に入れ、優しく揉んで馴染ませたもの焼いて出来上がり。大豆ミートを知らない方、初めて調理する方が半数でしたが、試食では「美味しい」と、とても驚かれ

日時：2019年1月19日(土)
場所：プロフーズ大阪箕面店
時間：10:30～13:00
講師：井上 恵利子クッキングスクールリマ認定インストラクター



▲どれも「美味しい」と大好評の韓国料理 ▲調味液を小松菜にしっかり揉み込みます♪



ていました。『青菜のキムチ』は塩揉みをし、半日置いた小松菜に調味液を加えてしっかり揉めば完成です。熟成柿を加えることで辛みの中にも甘みがあるキムチが出来上がります。白菜では淡白になってしまうため、小松菜で作るのがポイントと井上先生。試食では雑穀入り玄米ごはん、海藻スープ、りんごのジュレ、なども美味しいと喜ばれていました。

セミナーに参加するために初めて来店した方や、次回
のセミナーを楽しみにしている方もいらっしゃり、大変好評なセミナーとなりました。

レポート：西日本営業所 菊川

オーサワジャパンでは、様々なセミナーを開催しています。
詳しくは営業本部または西日本営業所までお問合せください。