

小売店主催マクロビオティック料理セミナー
「はじめてのマクロビオティック 野草広場(静岡)」



静岡県袋井市の野草広場さんで、今回、初めて料理セミナーを開催していただきました。野草市場さんは、『オーガニックな暮らし』をコンセプトに無農薬のお米・野菜・無添加の食品・洗剤・衣類・雑貨を豊富なラインナップで取り揃えている自然食品店です。

今回は、クッキングスクール リマ認定インストラクター 加藤真澄先生に『はじめてのマクロビオティック』をテーマに、玄米ごはん、みそ汁、ベジミートの生姜焼き、旬の野菜のフルーチェを教えていただきました。

マクロビオティックの基礎である、一物全体、身土不二、陰陽調和、野菜や調味料、切り方や火入れなどの説明を交えながら実習、試食まで行いました。

日時：2020年1月18日(土)
場所：野草広場 2F(静岡)
時間：11:30～14:30
講師：加藤 真澄 (クッキングスクールリマ認定インストラクター)
参加人数：22名



玄米は圧力鍋と土鍋での炊きあがりの違いを、食べ比べしました。どちらも好評でしたが、もちりとした食感で炊き上がる圧力鍋の方が人気でした。

今回ご参加者は20代～70代まで幅広く、お子様連れでのご参加者も多く、アットホームな雰囲気となりました。

試食では、お子様からも「おいしい!」の声が聞くことができました。

セミナー後のアンケートには「今後の食生活を見直していきたい」「マクロビオティックの考え方にとても興味が湧きました」「得るものがとても大きかった」と大変うれしいお声を多くいただき、アットホームで楽しい会となりました。ご参加の皆様ありがとうございました。

オーサワジャパンではの様々なセミナーをご用意しております。
セミナー企画にご興味のある店舗様は、お気軽に営業本部までお問い合わせください。
レポート：オーサワジャパン 営業本部 小西