

平成 24 年 10 月 14 日(日)

高粱支部栄養士会「親子料理教室」

講師 わくわくキッズ☆キッチン主催 有井 京子先生

メニュー
手まり寿司
けんちんみそ汁
秋の串揚げ
ピオーネのコンポート ヨーグルト添え



① 最初に先生から、説明を聞いてます



⑤「大根はこの位に…」「左手はネコの手ね」



② 煮干しの頭とはらわたをとってます



⑥やわらかいお豆腐も上手に切ってるよ



③ 「ほら、できたよ！」「じょうず、上手！」



⑦見た目もきれい☆手まりずし、作ってます



④ 真剣に説明を聞いてます。『集中力、すごいね』



⑧できました！さあ、みんなで食べましょう