

# ぬか床講習会



ぬか床が最適な季節がやってきました。きゅうり、なす、うり等をぬか、みそ、だし昆布、とうがらし、ニンニクのしょう油漬け、全粒粉のパンを使ってぬか床を作ります。作ったあと昼食を共にし、質問もできますので、初めての方大歓迎です。

<日時> 6月9日(木) 10時30分~13時

<参加費> 材料代と簡単な昼食代で600円

<持ち物> 漬物容器としてはカメがいいです。ぬか床を入れて、そのまま持って帰っていただきます。エプロン

<講師> 安井富子さん、高橋佐知子さん  
(使い捨て時代を考える会)

**八幡まるごと館** / 八幡市男山松里12-20

(TEL&FAX) 075-983-3664

(E-MAIL) [yawata@marugotokan.net](mailto:yawata@marugotokan.net)

ホームページは <http://marugotokan.net/>

又は、八幡まるごと館で検索して下さい



●  
八幡まるごと館は街行く人のだれもが自由に立ち寄れる“地域サロン”です。休館日は毎週火曜日全日と土・日午後です。

準備の都合上5月中に申し込んで下さい