

要申込

令和5年度 ボランティア講師による自主講座⑪

# 塩と乳酸菌の力がすごい！ ピクルスとジャム

ル・バーム



## ～津軽のつけものと ジャムづくり～

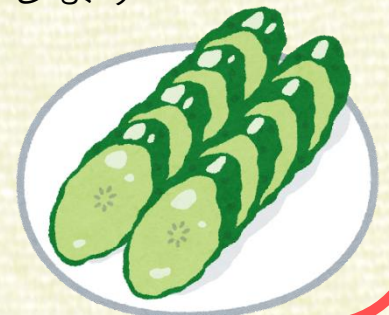
あなたも作ってみませんか？

### 1 きゅうりの一本漬け

からだにやさしいお新香、姑の秘伝を公開します

### 2 ル・バーム（西洋野菜）と グース（すぐり）のコラボ

おしゃれなジャムの紹介です  
砂糖は自己調整できます



●日 時：7月6日（木）10：00～12：00

●場 所：青森県総合社会教育センター 3階 調理実習室

●対 象：女性

●定 員：10名

●材料費：1,000円

●持ち物：作ったジャムを入れる小瓶（持ち帰り用）

講師 中村 由紀子

RAB学苑こぎん・つけもの講師、市民センター講師

お申込み・お問い合わせ

青森県総合社会教育センター あおもり県民カレッジ事務局  
〒030-0111 青森市大字荒川字藤戸119-7

TEL 017-739-0900 / FAX 017-739-2570

Mail alis02@jomon.ne.jp

主催：青森県総合社会教育センター

（この講座は指定管理者 学び・生かすあおもりグループが運営します）  
こちらのQRコードから指定管理者のホームページへ繋がり、  
各講座のご案内をご覧ください。 <https://www.manabi-aomori.com>

