

ヘルシー&たっぷりスパイス  
**インドの家庭料理**

**火曜日 9:30~12:00**

**講師:ヘルシースタジオ派遣講師**

● 日程 (全3回)

※画像はイメージです。

① 9月8日

ドライカレーとターメリックライス  
(ルーではないカレー)



② 9月29日

サモサとアチャール  
(インドの定番料理と漬物)



③ 10月13日

モモ  
(チベットの有名料理)



**申込 (定員18名)**

**令和2年8月18日(火)11:30~11:45**

※電話での予約・申込はできません。

●当日会場に来られない方は往復ハガキでの仮申込が可能です。(8/17必着)

※抽選になった場合は当日会場にいらした方が優先になります。

**受講料**

**1,900円**

**教材費**

**5,000円**

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、教室を変更・中止する場合があります。  
最新の情報はホームページをご覧ください。お電話にてお問い合わせください。

