



国分寺支店  
カルチャー  
講座

# 料理教室



今が仕込み時！

## 手作り味噌教室



カワセミの  
ムーちゃんとサッチャン © JA東京むさし

大豆・米麴・塩だけを使い、添加物のない、おいしい味噌を作りませんか？  
市内産野菜に手作り味噌をつけての試食、仕込み後の手入れの仕方についてもお教えします。  
当日は仕込んだ味噌2kgもお持ち帰りいただきます。

日本女子大学非常勤講師・管理栄養士  
講師 **松村真由子** さん

M-cooking-studio 主宰。  
調理科学、栄養学など専門性を生かしつつ、主婦としての観点をもって「つくりやすく、おいしく、体によい料理」を料理雑誌や新聞、webなどで提案。  
書籍に「お弁当生活便利帳」「英語で作る 人気の和食」（池田書店）など多数。  
国分寺在住。「国分寺の野菜を愛する料理家」



イメージ

日時

2/21 火 13:00～  
15:30(予定)

場所

国分寺支店2階セミナールーム

内容

- ・味噌作り
- ・手作り味噌の試食  
(市内産野菜につけて)

主催・申込み

国分寺ファーマーズ・マーケット

042-324-2115まで(受付時間:午前11時～午後5時)

お電話または店内備付けの申込用紙にご記入の上、サービスカウンターまでお持ちください

持ち物

エプロン・三角巾・タオル・ふきん  
持ち帰り用容器(タッパー・ポリ容器など)  
※2kgの味噌が入るものをご用意ください

定員

20名

※定員になり次第締め切り

費用

3,000円

※当日受付でお支払いください



JA東京むさし

国分寺支店