

『道産作物の健康機能性を高める調理・加工法&薬膳試食』 ～チコリー、ヤーコン、菊芋、ペコロス（玉ねぎ）、赤ビーツ、たもぎ茸等～

<日時・会場>

平成30年11月10日 土曜日

10:00～12:30

北翔大学（江別市文京台23番地）

723教室およびPAL4階食堂

講師：北翔大学・北翔大学短期大学部
名誉教授 西村 弘行（農学博士）

受講料：無料(材料費800円)

定員：80名 締切：11月2日金曜日

*お申込方法は、下記をご覧ください。



北翔大学・北翔大学短期大学部

名誉教授 西村 弘行

健康効果を高める道産野菜の調理・加工法について、できる限り分かり易くお話しし、様々な秋野菜を活用した美味しく「美肌と健康」に寄与する薬膳メニューを体験します。中高年の運動機能を高める方法についても説明いたします。

薬膳メニュー：鮭のエスカベッシュのチコリポトフ；ヤーコンと鶏肉のチンジャオ風；菊芋とヤーコンのかき揚げ；豚肉とペコロス(玉ねぎ)のポトフ；たもぎ茸・海老グラタン；赤ビーツ・人参・ベーコン・ブロッコリー・キャベツのトマトスープ；ヤーコンヨーグルト；たもぎ茸入り味噌汁；ご飯；ヤーコン茶を提供。但し、多少のメニュー変更もあります。

申込方法：往復はがき、FAX、メールにて下記項目をご記入の上、お申込みください。

① 講座名、②住所、③氏名（ふりがな）、④連絡先、⑤年齢

(受付後、開講のご案内をいたしますので、1週間以内に連絡がない場合には、お問い合わせください。)

※FAXでお申し込みの方は、上記項目のほかFAX番号をご記入ください。

申込先：〒069-8511 江別市文京台23番地

北翔大学 地域連携センター

FAX：011-387-3746 **メール**：kouzacen@hokusho-u.ac.jp

お問い合わせ先：TEL 011-387-3939（地域連携センター直通）

*西村弘行編著「北の健康野菜」（北海道新聞社、著者サイン入り）の紹介・販売とタマネギドレッシングや菊芋などの製品販売も致します。