

千ちゃん
が教える
薬味を超えた
ミョウガ活用術

つくって食べよう！

ミョウガ出汁ラーメン

参加費 3,500円

※ミョウガ持参の方は 3,000円

定員 各回10名（先着順）

8/28

木

9/6

土

会場・古川町公民館調理室

時間・17:30～20:00

肉類、乳製品、砂糖を使わず、たっぷりのミョウガと調味料を基本にしたミョウガ出汁をとり、ラーメンをつくって食べます。作った出汁の使い方あれこれもお教えします。ミョウガ料理の可能性を体験しましょう。

持ち物

エプロン、三角巾、手拭きタオル、ミョウガ500g（洗って水気を切ったもの）



講師 千田 陽子

飛騨市宮川町種蔵に暮らすマクロビオティックを基本とした料理人。できる限り身近で採れる山菜や野草・薬草、無農薬や有機で栽培された作物を使用し、丁寧に調理されたごはんは滋味に溢れ、口に運んだ方を感動させ、魅了させてしまう。

お申し込みはこちらのフォームから



工房すなか 吉真（よしざね）
〒509-4292 飛騨市河合町角川1500-2
TEL 0577-65-2764
協力 飛騨市食のまちづくり推進課



今回のこんだて

- ・ラーメン
- ・ミョウガエール

メニューは
変更となる可能性があります。

