

ACCUE
Kitchen Studio école

Dremia seminar Life

腸美人 手作り精進おせち料理
ヴィーガン&グルテンフリー

バリエーション豊富に料理可能なプラントベースの万能食材
「おからこんにやく®」とグルテンフリー素材でつくるヘルシーな精進おせち料理
見た目も食感もまるでお肉・魚介なのに実はすべて植物性素材！
心と身体に優しい手作りお節で、温かな笑顔溢れるお正月を迎えられますように

Details
詳細

日時 2019年11月26日(火)11:00~14:00

受付時間 10:45~

定員 16名

費用 7,000円(税別)

メニュー
・おからこんにやくの八幡巻き
・おからこんにやく松風焼き
・ヴィーガン伊達巻 など 計7種

第2部 おもてなしヴィーガン FingerFood
イクラ風ゼリー作り・デモ・実食・TeaTime
14:15~15:30 費用 3,000円(税別)

持ち物 エプロン、ハンドタオル



How to apply
お申込方法

Tel 080-3254-9115

Mail solaoriental@yahoo.co.jp

URL <https://ameblo.jp/sola369/>

Profile



Sola Oriental Vege Cooking 主宰

大滝 敦子(おおたき あつこ)先生

おからこんにやく®マイスター ORIENTAL VEGAN コーディネーター
菜食歴19年。2013年おからこんにやく®マイスターを開発者より直伝修得後、
認定特別集中講座企画・講師を務める。プラントベース・ナチュラルフードの
料理研究・レシピ考案など日米にて独自に実践する傍ら、料理講師など様々
な活動を各地にて進行中。地産地消・旬の自然素材を彩り鮮やかに織り交ぜ
楽しむ心とカラダと地球すべてに優しいユニークな菜食料理をお伝えします。