

令和7年度市民講座

冬の スパイス料理教室

講師 SPICE OGHA (スパイスオウガ)
小川 妙子氏

南インド料理を学ぶ スパイスのお話と料理について学ぶ料理教室（全2回）です。

第1回
1/24

土曜日
10:00～12:00

寒い冬をあたたく🍵

おうちで楽しむスパイスドリンク

材料代 800円

寒い季節にピッタリな、体がポカポカ温まるスパイスドリンクを学ぶ回。
スパイスの効能や使い方、おうちでも簡単に作れるチャイやクミンティーなど数種のスパイスドリンクを作ります。

第2回
2/14

土曜日
9:30～13:00

南インド料理ミールス

作り方と食べ方を学ぶ

材料代 1,500円

カレーやアチャール等の副菜、数種のレシピとバスマティライス（ごはん）、パパド（豆から作られた薄いお菓子）で南インドの定食「ミールス」を作る料理教室。おいしく食べる順番やコツも教えて頂きます。一度はやってみたい「手」で食べる「手食」も体験できます。※希望者のみ



定員 15名 ※定員を超える申し込みがあった場合は、抽選となります。
対象 花巻市内在住・在勤の方・2回とも参加できる方 ※初めて受講される方優先
会場 生涯学園都市会館（まなび学園）クッキングルーム
申込期限 令和7年12月15日（月）

次のいずれかの方法で、花巻市生涯学習課までにお申込みください。

①花巻市ホームページ内専用申込フォームに必要事項を入力の上ご送信ください。
右記2次元コードからアクセスできます。

②電話 花巻市生涯学園都市会館（まなび学園）（☎0198-23-4234）までお電話ください。



主催 花巻市生涯学習課

