

【2021年 うめちゃんの発酵教室 大阪クラス 年間スケジュール】

「うめちゃんの発酵教室」では、“日々の食生活を発酵で健康に”を皆さんへお届けする発酵教室です。

大阪をはじめ関西のみならず「発酵のおもしろさ」「発酵のたのしさ」をお伝していきたいという想いから、偶数月の第2土曜日に「大阪うめちゃんの発酵教室」を定期クラスを開催しております。発酵食は、奈良時代にはすでに日本人の食事に登場している歴史ある食事です。世界的にみると紀元前から、人類の食生活の一部でした。歴史が“体にいい食事である”ということを実証してくれているのが発酵食。日本人の体に合った発酵食生活で、健やかな体を作るお手伝いを「うめちゃんの発酵教室」を通してお伝えしていきたいと思っております。

※2021年より日曜日から土曜日へ変更となります。

==会場および、クラス内容の詳細は1~2ヶ月前からKitchen Beeのホームページにてお知らせいたします。==

●2021年2月13日(土)

11:00-13:30 信州味噌クラス (7,650円) 税込 ※ランチあり

15:00-17:30 黒豆味噌クラス (7,500円) 税込 ※お味噌汁の試食のみ

●2021年4月10日(土)

11:00-13:30 発酵料理クラス：トマト麴を使った料理(7,650円) 税込 ※ランチあり

15:00-17:30 未定 白味噌 or 酸っぱくないキムチ(7,500円) 税込 ※試食のみ

●2020年6月12日(土)

11:00-13:30 しば漬け作りクラス(7,650円) 税込 ※ランチあり

15:00-17:30 韓国の醤油漬け3種クラス(7,500円) 税込 ※試食のみ

※ぬか床メンテナンス 10:30-11:00, 13:30-14:00, 17:30-18:00 お一人15分程度

●2020年8月14日(土)

11:00-13:30 発酵料理クラス：発酵キャベツを使った料理 (7,650円) 税込 ※ランチあり

15:00-17:30 みりん作りクラス (7,500円) 税込 ※試食のみ

※ぬか床メンテナンス 10:30-11:00, 13:30-14:00, 17:30-18:00 お一人15分程度

●2020年10月9日(土)

11:00-13:30 未定 (7,650円) 税込 ※ランチあり

15:00-17:30 グラスフェッド発酵バター作り (9,500円) 税込 ※試食のみ

18:30-19:30 醤油麴作り3日間醸しクラス(9,500円) 税込

●2020年12月11日(土)

11:00-13:30 発酵料理クラス：みりんが主役のお料理 (7,650円) 税込 ※ランチあり

15:00-17:30 べったら漬け作りクラス (7,500円) 税込 ※試食のみ

※) ☆ぬか床メンテナンスは、2020年にぬか床クラスを受講された方向けです。

※) 会場の都合で開催場所を変更する場合がございます。1~2ヶ月前からKitchen Beeのホームページにてお知らせいたします。



【お得なチケットのご案内】

お得な6回チケット 40,000円 をご用意しております初回ご利用より2年間有効。←約6,000円もお得!→通常受講 7,650円×6回=45,900円

※6回チケットはご本人様のみご利用できます。

「うめちゃんの発酵教室」主催：Kitchen Bee 梅村小百合