

【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さまに「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、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。例年であれば偶数月の第二日曜日に開催しておりましたが、諸事情により2021年は3,6,9,11月となります。

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”ということを証明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います。

=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3月28日(日)

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

15:00-17:30 キムチ作りクラス(7,500円)税込 ※試食のみ

●2021年6月13日(日)

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

15:00-17:30 韓国の醤油漬け3種(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

●2021年9月12日(日)

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

15:00-17:30 発酵バター作り(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

●2021年11月28日(日)

11:00-13:30 発酵料理クラス：おせち料理(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。2021年にご購入いただいた回数券は初回ご利用より3年間に延長いたします。←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