

★7月定例会 報告

開催日 平成30年7月20日（金）9：00～12：00
場 所 徳島県立障がい者交流プラザ（調理室）
内 容 米粉を使った料理（調理実習）
担当：内田・佐藤・小林・川原

- 試作献立
- ・そば米炊き込みご飯
 - ・鶏胸肉の黒酢油淋鶏（ユウリーチー）
 - ・かき揚げ
 - ・凍り豆腐の米粉揚げ
 - ・米粉の野菜たっぷり黒酢酢豚
 - ・野菜のクリーム煮
 - ・ビーフンサラダ
 - ・月見汁
 - ・れんこんいもち
 - ・バナナ米粉蒸しパン
 - ・米粉ときな粉のスノーボウルクッキー



- ・「ピザランチ作り料理教室」8/7について
- ・その他連絡事項



参加者 会員10名＋関係者3名

