

LINALO Life School

素材を感じる 「ナチュラルスイーツレッスン」

自然のリズムや素材を感じながら、
ココロもカラダもシアワセになるシンプルスイーツ。
ナチュラルなスイーツの意味を学び、
ノンミルク・ノンエッグ・ノンバターで作ります。



		テーマ	内容
1	10月8日(金)	イントロダクション ナチュラルスイーツってなに？	カラダとココロにやさしい素材たち。 実習：旬のフルーツのタルト2種
2	11月12日(金)	ホールフードでスイーツ 全粒粉のパワーを味わう。	シンプルに作る焼き菓子 実習：シリアルクッキー・穀物コーヒーのケーキ
3	12月10日(金)	固める素材 マクロビ的ゼリーの作り方。	マクロビふるふるデザート 実習：フルーツゼリー・豆腐花・ヒエのケーキ
4	1月14日(金)	オイルの違い。 ナチュラルスイーツで使うオイル。	カラダで感じるバターと植物油の違い 実習：スコーン3種
5	2月18日(金)	ノンシュガーの魔法！ ナチュラルな甘さでリラックスしよう。	ココロで感じる甘さの違い 実習：玄米持ちワッフル・玄米クリームのみース・他
6	3月11日(金)	スイーツパーティ！ ナチュラルスイーツでティーパーティ。	オシャベリとスイーツを思いっきり楽しもう！ 実習：大地のケーキ・玄米クリスピーボール・他

※ レッスン内容は変更になる場合があります。

【講座】 全6回 月に1回のレッスンです。

【時間】 11:00～14:00

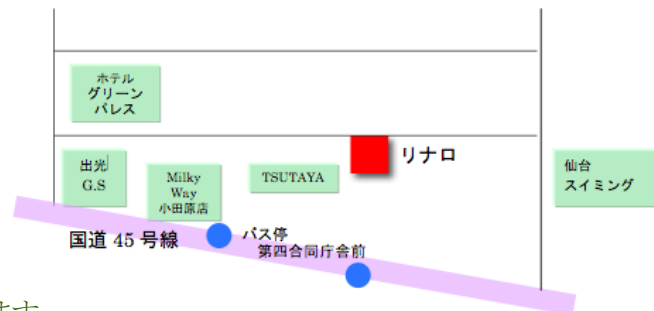
【場所】 LINALO (Google 地図で検索できます)
〒983-0803 仙台市宮城野区小田原2-2-12 2F
tel/fax 022-792-0522

【定員】 10名

【受講費】 6回分 24,000円
(月謝制可 @4,000×6)

【お申込み】 リナロのHPの申込みフォームよりお申込み下さい。
追ってお振り込み口座等、詳細のご連絡を差し上げます。

【ご注意事項】 納入後の受講費は、返金いたしかねますので、
スケジュール・内容を再度ご確認の上、お申込みいただきますようお願い申し上げます。



※ 参加お申込みが規定人数に達しない場合は、開催を延期または中止させていただく場合がございます。