

参加無料

発酵のちからで薬草をおいしく食べる

オンライン配信 (Zoom)

3月12日 (土)

10:00~11:15



申込はこちら

後日、視聴用URLを送付します。

* 10日締切

薬草

×

発酵

=

??



▲山菜アヒージョ
麴調味料を使うことで、少量の油でおいしく仕上がります

これから旬を迎える山菜や薬草。天ぷらやお浸しだけじゃ、もったいない！
『発酵パワー』で 更においしく！！ 貴重なミネラルや薬効成分を効率よくとりましょう！！
山菜シーズン前に聞いておきたい話が盛り沢山。簡単・便利な麴調味料の作り方も公開します。



「白みそ」

仕込みから完成まで1ヵ月。
今から仕込んでも山菜シーズンに間に合います！

当日、美味しく作るコツを教えてくださいいただけます。



講師紹介 上田 涼子

薬草コンシェルジュ・菌草生活研究家

日本で昔から有用されてきた微生物（発酵）と植物（薬草・和ハーブ）の智慧を活かした持続可能な暮らしと在り方を探究中、オンラインサロン主宰。



▲ Instagram

* 新型コロナウイルスの感染拡大状況を踏まえ、今回はオンライン限定とさせていただきます。

【主催】飛騨市薬草ビレッジ構想推進プロジェクト

事務局：飛騨市地域振興課内 TEL 0577-62-8904 / email hidayakusou@city.hida.lg.jp