

所要時間	2 時間～2 時間 30 分
対象	子供クッキング、大人向けエコ料理教室
参加者数（想定）	10～20 人
テーマ	旬の食材を利用してエコ料理教室
目的	出来るだけ地元の食材で旬のものを丸ごと利用し、水やエネルギーを少なく利用し、美味しい料理を作る。
プログラム	<p>買い物をするときに気を付けるポイント、 準備から片付けまでの無駄を無くすポイント、 食材の洗い方、葉や皮等丸ごと生かすポイントをお伝えする。</p> <p>エネルギーを少なくするため、土鍋やシャトルシェフで上手に火を使います。 地球とお財布にやさしい料理教室を目指します。</p>
関連リンク	