



★「何だか難しそう」「何種類もスパイスを買わないといけないじゃ?」  
スパイスカレーに対して、そんなイメージを抱いていませんか?

★実はスパイスカレーは、とっても簡単で、誰でもおいしく作れる料理です!

★今回はスパイス3種で「チキンカレー」を作る初心者編。この機会にスパイスカレーの世界を体験してみませんか?

POINT 01

コリアンダー      クミン      ターメリック

必要なのは、3つのスパイスのみ

POINT 02

炒める      煮込む      完成!

作り方は全て2~3ステップ

●日時 : 3月7日(火) 11:00~12:15(食べる時間含む)

※1日利用の方はその日のお弁当に替えて「カレー」が昼食になります。

※『お茶』プログラムは予定通り行います。

●ご応募: 必要事項をご記入ください      ✕切り : 2/28 (火)

お名前	ご利用	お名前	ご利用	お名前	ご利用	お名前	ご利用
	1日・午前		1日・午前		1日・午前		1日・午前
	1日・午前		1日・午前		1日・午前		1日・午前
	1日・午前		1日・午前		1日・午前		1日・午前