

# 季節のハーブ

## ローゼル活用術

11月15日(水)

午前10時～午後1時



美容や健康に良い成分がたっぷり！

ハーブティー以外の活用法としてローゼルの特徴を活かしながら、ジャム、塩漬け、桜色の大根なますを作ります。調理後、皆さんで試食タイム！※ジャムは1瓶お持ち帰りします。

対象者：うるま市在住・在勤の方

定員：15人

材料費：1,000円

講師：澤沙和子氏(さわさわこ)

持ち物：マスク・エプロン・三角巾・手拭きタオル

受付：10月1日～10月20日

※受付最終日は午後4時までの受付です。

※応募多数の場合は抽選となります。

お申込みはお電話かQRコードでお申込み下さい。

☎098-988-5508

