

災害に役立つ！ パック クッキング 参加者募集！



パッククッキングとはポリ袋に食材を入れて湯せんで火を通す調理法です。昨年発生したような停電・断水、ガスが使えなくなってもカセットコンロ、鍋、ポリ袋、水を用いて手軽に美味しく栄養のある料理を作ることができます。今回の講座では実際にパッククッキングによる調理法を学び、今後の災害に備えます。

日時 令和2年2月18日（火曜日）午前10時～12時30分

会場 松丘コミュニティセンター 調理実習室

講師 君津市健康づくり課

内容 パッククッキングで調理実習を実施し、調理後は試食をします。
（メニューはミニストローネ、おかゆ、ごはん、キャベツとサバのカレー蒸し、バナナ蒸しパンを予定）

参加費 400円（材料代）

持ち物 エプロン、三角巾等

定員 20名（2月10日締め切り）

申込み 上総公民館までご連絡ください。

お問い合わせ・お申込み 上総公民館（0439-27-3181）