

夏休み！みんなで楽しく

カリッとポリッと

そば粉を使った クッキー作り体験

米、小麦に比べ栄養価が高く低GI値、タンパク質や食物繊維を豊富に含んでおり、からだにいいといわれています。

日時 令和5年8月3日(木)

午前の部10:00-12:30

午後の部13:00-15:30

場所 丹波の森公苑 創作工房

(兵庫県丹波市柏原町柏原5600)

内容 そば粉を使って2種類のクッキーを作ります。

- ・型抜きクッキー(乳製品・卵不使用)約15枚
- ・一口クッキー 約20個

※できあがりの個数は型によって異なります。

※クッキーはお持ち帰りいただけます。

※そば粉100%ではありません。

参加費 1組1,500円

※1組1セットとさせていただきます。

定員 各回6組(1組4名まで)※先着順

お一人でもご参加いただけます。

持ち物 三角巾、マスク、エフロン、クッキー型

※作りたいクッキー型をお持ちください。

お持ちでない方は貸し出しいたします。

※お持ち帰り用の簡単な袋は準備します。

主催者 そばっこ会 代表：福田 縁

食事やスイーツなど、そば粉のよさを生かしておいしく食べられるようにレシピ等を広める活動をしています。

申込方法 電話、FAX等で下記までお申込みください。

申込み・問合せ先

(公財)兵庫丹波の森協会・丹波の森公苑管理課

〒669-3309 兵庫県丹波市柏原町柏原5600

TEL:0795-72-2127 FAX:0795-72-5164



切り取り線

申込書【令和5年8月3日 そば粉を使ったクッキー作り体験】

お名前	(他 名)	参加時間	○印をつけてください 午前の部 午後の部
ご住所		電話番号	

ご記入いただいた個人情報は、安全かつ厳重に管理します。なお、丹波の森公苑が行う事業の案内等に利用させていただくことがあります。

丹波の森公苑「生活創造活動グループサポート事業」を利用しています。