

# パンと野菜のアトリエ

2014

## 柚子

おしらせ



### いよいよパンの季節

### 「今月のメニュー」から

雪～がとけて♪ 春～になって♪  
パン教室の季節がやってきました。今年もよろしくお願いいいたします。

今月の野菜のプレートの中で使っている黒ニンニク。旭川産でニンニクを熟成させたものです。食べてみると、まるでドライブルーのような味わい。熟成させることにより、ニンニク特有のにおいが消え、さらに抗酸化作用もあるようです。



### 6月のパン教室のお知らせ

6月は、大豆粉を使った食事用パンのソイブレッドと、シナモンとクルミたっぷりのシナモンロールです。シナモンロールは、シナモンと蜂蜜とクルミの相性が抜群です。お楽しみに。大豆粉(きな粉とは違います)は、小麦粉100パーセントのパンよりも糖質が少なく栄養もアップします。



可愛いクリーム色のソイブレッド



クルミがうれしい シナモンロール



日時	6月の教室は定員になりました 午前10時開始 12時くらいから食事会になります	
会費	2500円	
持ち物	エプロン	
申込締切	5月31日まで ※2名様以上の時は上記以外の日も相談に応じます	

- ・季節のスープ
- ・季節の野菜プレート
- ・デザートとコーヒーがきます



すべての問い合わせ、申し込みは → 連絡先: [kurodafa@potato9.hokkai.net](mailto:kurodafa@potato9.hokkai.net)  
[softmoon@ezweb.ne.jp](mailto:softmoon@ezweb.ne.jp)