

親子で楽しく米粉クッキング

先着8組

参加者募集

～食卓を彩る米粉料理～

もちもち♪ヘルシー♪家庭でも手軽に使える米粉
いろいろな美味しさ体験してみませんか？

日時：令和7年10月15日（水）11:00～14:00

場所：仙台市ガス局ショールーム「ガスサロン」1階 キッチンパレット
宮城県仙台市青葉区中央2-10-24

対象者・定員：小学生（3年生以上）とその保護者8組
小学生1名につき保護者1名、御家族等の同伴・見学はお断りしております。

内容：米粉でつくるピザほか3品
※アレルギー対応はしていません。

講師：公益社団法人 宮城県栄養士会所属 管理栄養士

応募方法：右の二次元コードからお申し込みください

締切10月7日（火）

※定員に達し次第締め切ります。



参加無料

主催 東北米粉利用推進連絡協議会
東北農政局

持ち物：エプロン、三角巾、マスク、筆記用具、手拭きタオル、飲み物

<注意事項>

- ・応募は先着順といたします。定員に達し次第締め切ります。
- ・応募によって得られた個人情報は厳重に管理し、御本人への連絡を行う場合に限り利用します。
- ・当日に発熱、咳、喉の痛み等の症状がある場合は、参加を遠慮いただきますようお願いいたします。
- ・都合により開催内容が変更になる場合があります。
- ・当日撮影した写真を、東北農政局ホームページ等に掲載する場合がありますので、あらかじめ御了承ください。
- ・本料理教室は公開のため、マスコミの取材や写真撮影、メディアへの掲載が行われる場合があります。

<会場へのアクセス>

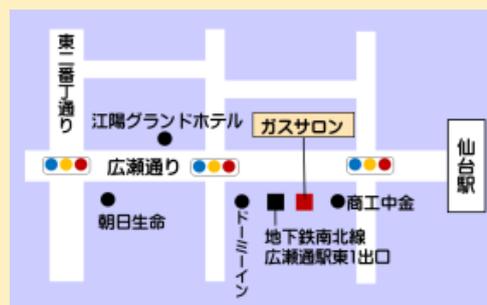
仙台市ガス局ショールーム「ガスサロン」

宮城県仙台市青葉区中央2-10-24

来場の際は公共交通機関を利用ください。

最寄りの公共交通機関

- 仙台市地下鉄南北線「広瀬通駅」
下車「東1」出口 徒歩1分
- 仙台市営バス「広瀬通駅」徒歩1分、
「電力ビル前」徒歩5分



<簡単米粉レシピ> (10月15日に調理するメニューではありません。)

サクサク感がたまらない♪米粉きなこクッキー



【材料】 (6枚分)

- ・米粉 30g
- ・きなこ 10g
- ・砂糖 10g
- ・マーガリン 30g
- ・豆乳 2ml

【作り方】

1. ビニール袋にマーガリンを入れ、よくもむ。
2. 1.が柔らかくなったら、砂糖・豆乳を入れ、よくもむ。
3. よく混ぜりあったら、米粉ときなこを入れてもむ。
4. 生地を一つにまとめ、6等分にする。丸めて手のひらでつぶし、形を作る。
5. オーブンで180度10分位焼いてできあがり。



出典：管理栄養士が考えた
米粉でつくる！レシピ集

○お問合せ先

東北農政局生産部生産振興課 加東・佐藤
TEL:022-263-1111(内線4427・4056)