

ベーグルを焼こう

今回は、グルテンフリーの米粉とサイリウム※を使って作ります。

外はカリッと中はしっとりモチモチ食感のベーグルを焼きます。

牛乳・卵・バターは使いません。

プレーンとレーズン、2種類のベーグルを作ります。

※サイリウムとは・・・オオバコ科の植物の種皮をパウダー状にしたもの。
特徴は、食物繊維が豊富に含まれていること。



画像はイメージです



- 開講日時：8月30日(土)10:00～13:00
- 会場：陶公民館 調理室
- 講師：土本 美香 先生
- 定員：6名
- 受講料：500円
- 材料費：700円(当日徴収します)
- 持ち物：エプロン・マスク・三角巾・タオル・持ち帰り用袋
- 申込〆切：8月19日(火)

.....注意事項.....

* 募集人数が5人に満たない場合は、開講しません。

* 定員以上になった場合は抽選とさせていただきます。

* 申込期限以降のキャンセルはできません。参加できなかった方は、材料費の支払いが必要となりますので、ご了承ください。

*** 申込・問い合わせ先**

陶公民館 TEL65-2112