



サニーマート 食育健康づくり

あその食育学校☆食育講座

野菜を1日350g摂ろう!!

第8回 食育セミナー

～牛の赤身肉 おいしい焼き方教えます～

高タンパクで低カロリーの「赤身肉」。いま静かなブームが起こっています。赤身肉の選び方やおいしい食べ方など、サニーマート食肉バイヤー竹内さんが詳しく解説していきます。

ワークショップではおいしい赤身肉の焼き方を実演し、ご試食いただきます。ちょっとした**コツ**や**ワケ**を知ること、**ホントづくり**を身につけましょう！



- ・日程 11月20日(月) 午後 2:00～3:00
- ・場所 サニーマートあその店 イートインコーナー
- ・定員 12名(先着により)
- ・参加対象 大人の方
- ・材料費 500円
- ・お申込み サニーマートあその店フレンドリーカウンターまで
0120-953-645
- ・講師 サニーマート食肉部門 牛担当バイヤー 竹内景一
- ・お問合せ あその食育学校担当 森田・久家副店長