

9月27日(水曜)

14:00～16:00

# 福島県 北塩原村

紅葉の五色沼

北塩原村の名産品で

**秋のきたしおばら定食**

を作ります♪

## 【ヤマメの一夜干し】

山の冷たい水で元気いっばいに育ったヤマメを村の名産「山塩」をまぶして焼き上げます



## 【浅漬け】

取り立ての大根やニンジンといった高原野菜を浅漬にしました。箸休めにどうぞ

## 【トウモロコシご飯】

北塩原村のお米を日本名水百選「裏磐梯百年水」と甘味たっぷりのトウモロコシで炊き上げたご飯です

## 【こづゆ】

会津といえばコレ！冠婚葬祭に振舞われる会津の郷土料理をご堪能ください

- 場所：阿佐谷地域区民センター：杉並区阿佐谷北1-1-1（JR阿佐ヶ谷駅徒歩5分）  
内容：福島県北塩原村の紹介、料理実習（上記参照）  
講師：ラビスパ裏磐梯 榎本季一氏  
対象：区内在住・在勤・在学の方  
定員：15名（抽選）  
費用：1,000円  
申込：9月15日（金）までに、右記QRコードから申し込んでください  
問合せ：杉並区交流協会 TEL 03-5378-8833 メール info@suginami-kouryu.org



申込はこちらから