

# 「缶詰でつくる簡単つまみ講座」

非常食用に備蓄している缶詰、そろそろ入替の季節ではありませんか。今回のセミナーでは、缶詰を使った簡単なおつまみ作りに挑戦します。お家でも手軽に&簡単に挑戦できる3品を、実際に作って試食します。

また、非常食として備蓄しておくの良い意外な缶詰のご紹介や、備蓄缶詰の入替に際して、その選択肢を広げるご提案として、バリエーション豊かなつまみ缶詰をご紹介。こちらもお試食頂けます。

さらに、試食時にはおつまみに合わせたグラスワインをご用意。

非常食としてのイメージが強い缶詰の印象がガラッと変わる、楽しく、ためになる内容となっています。ぜひご参加ください！

とき	2014年4月16日(水) 19:00~20:30 (受付開始: 18:30から)
ところ	3×3 Labo (さんさんらぼ) (千代田区丸の内3-2-3 富士ビル3階)
講師	黒瀬 佐紀子氏 (フードスタイリスト・缶詰め料理研究家)
参加費	2,000円 (試食・グラスワイン1杯・お土産付き) ※事前振込をもってお申込完了
定員	20名様 *先着順とさせていただきます。
持ち物	筆記用具・必要な方はエプロン
申込方法	E-mail ( <a href="mailto:ligare2002@ligare.jp">ligare2002@ligare.jp</a> ) または FAX (03-3287-5840) 宛てに、講座名、お名前(ふりがな)、TEL、E-mail (*携帯メール不可) をお書き添えの上、ご応募ください。*電話での受付は行っておりません。ご了承ください。
申込受付	2014年3月12日(水) よりお申込受付開始 * 定員になり次第締め切りとさせていただきます。
お問合先	リガーレ (大丸有エリアマネジメント協会) E-mail : <a href="mailto:ligare2002@ligare.jp">ligare2002@ligare.jp</a> / TEL : 03-3287-5386
協賛	国分株式会社

※お申込みから2営業日以内に受付メールをお送りします。万が一連絡が無い場合は、お手数ですがご連絡をお願い致します。

## Profile 黒瀬 佐紀子氏

## Access 3x3Labo (さんさんらぼ)



フードスタイリスト  
缶詰め料理研究家

武蔵野美術大学工芸工業デザイン科卒業。その後イギリスに留学し、Middlesex University BA Jewellery を卒業。帰国後は、デザイン事務所を経て、和食・フレンチ店でサービス実務に当たる。スタイリスト、料理研究家のアシスタントを経て、現在フードスタイリストとして活躍中。2014年1月には新刊「缶詰食堂」を出版。缶詰を活用した、いつでも手軽に安うまいレシピを多数提案している。

<http://www.ecozzeria.jp/fujibldg33/>

