

## いつもの料理を手軽にワンランクアップ

### 「見た目もかわいいハーブオイル作り

### &ハーブのフラワーアレンジ」

人気のいのうえななこ先生とフラワーネットのコラボ企画、今年も2回の開催が決定！  
第一弾は、「ハーブ」がテーマです。そしてハーブたっぷりのナチュラルアレンジです



7月16日(土) 10:30～13:00

#### ★見た目もかわいいハーブオイル作り★

ハーブの香りを含んだ「ハーブオイル」は、料理の下ごしらえや仕上げに一振りするだけで、極上の一品にしてくれる魔法のオイル。今回は、ハーブだけでなく、ガーリックやレモン、スパイスなどを組み合わせて、自分好みのハーブオイルを作ります。オリーブオイルは、イタリアから搾りたて直送。こちらも2種類の香りを用意しました。そして…いろいろ選べるから迷っちゃう、という方のために、今回は2種類のハーブオイルが作れます！2本お持ち帰りできます。もちろんハーブの知識や、ハーブオイルの使い方もお話します。

#### コラボセミナー 第二弾 予告！

9月10日(土)「水キムチってこんなに簡単なの？」

#### いのうえななこ先生 ご紹介

国際発酵食医膳協会認定 伝統発酵醸師

国際薬膳師/国際薬膳調理師 KMI 認定

クシマクロビオティックスコンシェルジュ

エコール辻日本料理卒業 フードプランナー

立教大学卒業後、飲食店コンサルタント会社にて、様々な業種のメニュープランニングに携わり独立。結婚、出産後、子供にアレルギーがあったことから、食生活を全て見直すこととなる。料理講師・レシピ開発・執筆・セミナー企画など。自宅にて料理教室開催：味噌作り、麹調味料作り、旬の手仕事、魚のさばき方、おせち作り、アレルギーフリー・グルテンフリースイーツなど



フラワーネット京橋教室そば「貸会議室ビズモア東京駅八重洲」にて開催予定(詳細はメールにてご連絡します)

講師：いのうえななこ×フラワーネット代表 藤井晶子

<https://www.flownet.co.jp/>

参加費用：生徒 6500円、準会員 6700円、一般 6900円(税込み) 以下が含まれます。

(ハーブオイル材料 一式、花器、花材、受講料、その他諸経費含む)

持ち物：エプロン、ハンドタオル

\*換気消毒等、感染予防対策をしっかりと行います。状況により試食をなくす等、内容を一部変更する場合があります。

★★ 定員14名です！先着順受付。定員になり次第締切ます。お早目にお申込みください！！★★

フラワーネット事務局 お問い合わせ03-6304-3783 mail@flownet.co.jp

-----切り取り-----

フラワーネット御中

メール、ラインまたはお電話でも受け付けます。

「見た目もかわいいハーブオイル作り&ハーブのフラワーアレンジ」セミナー 参加申し込み

在籍コース

曜日

お名前

連絡先電話番号

ご一緒にご参加のお友達のお名前

\*生徒さん以外のお友達をお誘いいただいても OK です。

★7月8月生まれの方はお誕生日をご記入ください。サプライズがあるかも～!? (お誕生日 月 日)