

【東京】Whole Food 応用コース平日4月水曜クラス

1日目：2019年4月10日（水）10:00-15:00

（ガイダンス/9:50-10:00 クッキング/10:00-12:00 講義 13:00-15:00）

クッキング1：「ベジプロスを使いこなそう」 講師 タカコナカムラ

講義1 : ナチュラルクリーニング 講師 佐光紀子

2日目：2019年5月15日（水）10:00-15:00

（クッキング/10:00-12:00 講義 13:00-15:00）

クッキング2：「発酵食と低温蒸し調理」 講師 タカコナカムラ

講義2 : 経皮毒「家庭内農薬」 講師 山下玲夜

3日目：2019年6月12日（水）10:00-15:00

（クッキング/10:00-12:00 講義 13:00-15:00）

クッキング3：「乾物の扱い方」 講師 タカコナカムラ

講義3 : 身近な環境問題と私たちの健康 講師 天笠啓祐

4日目：2019年7月10日（水）10:00-15:00

（クッキング/10:00-12:00 講義 13:00-15:00）

クッキング4：「食べものでカラダを調整する料理」 講師 タカコナカムラ

講義4 : 有機野菜と有機認証、遺伝子組み換えについて 講師 丸山豊

5日目：2019年8月7日（水）10:00-15:00

（クッキング/10:00-12:00 講義 13:00-15:00）

クッキング5：「ホールフードなおもてなし料理」 講師 タカコナカムラ

講義5 : 「油・脂を学ぶ」 講師 大橋則久

認定試験 : ホールフードシニアマスター試験

※仕入れ状況等によりメニューは変更となる場合があります。
