

# ペルーの スーパーフード メニューを作ろう



ペルーではスーパーフードはごく当たり前の食べ物。いろんな家庭料理に使われます。日本で手軽に買える材料を使って、食事をしながらペルーの生活習慣、自然、観光などのお話をききます。

Pasemos un buen momento♪

日時：2019年11月23日(土) 10時~13時30分

場所：富士宮駅前交流センターきらら 調理室

参加費：一般1,000円 / FAIR会員500円

(当日受付でお支払いください)



## 【メニュー】

Chicha Morada (紫とうもろこしのジュース)

Aji de gallina (鶏肉のキーマ風ウコン入り)

Tallarín verde (バジル・ほうれん草入りパスタ)

Causa (ポテトサラダ)

Chia mousse (チアムース)



《講師》近藤 <sup>よらんだ</sup> 葉蘭多さん(ハーモニー代表)：平敷 <sup>へしき</sup> エリザベスさん《助手》  
ペルー出身・FAIRスペイン語講座講師

持ち物：ふきん・エプロン・バンダナ・持ち帰り容器

定員：15人(先着順) 高校生以上

申込み：10月23日(水)~11月8日(金)まで

午前9時よりメール・FAIR窓口で受け付けます。

富士宮市国際交流協会 (FAIR) 事務局

富士宮駅前交流センターきらら内

TEL：0544-22-8111

E-Mail：info@fair-fujinomiya.com