

薬学博士に学ぶ！スーパーフードで摂ろう♪ 難易度★★  
 話題の「オメガ3脂肪酸」 5,000円/回 (税込・前納制)

9月



# アカデミックッキング

スーパーフード編

開催  
スクール  
淀屋橋  
ハグミュージアム



## スーパーフードで摂ろう♪ 話題のオメガ3脂肪酸

薬学博士によるセミナー付きレッスン



講師：山口 明人氏(やまぐち あきひと)  
 大阪大学名誉教授・薬学博士  
 セミナーテーマ：『スーパーフードで摂るオメガ3脂肪酸について』  
 協賛：株式会社ファイン

お土産付き!



### Menu / メニュー

- ・クルミたっぷり！イワシの香草パン粉焼き  
～えごまオイルのガーリックトースト添え～
- ・彩り野菜とミックスビーンズのサラダ  
～チアシードドレッシング～
- ・チアシードのざくざくオートミールクッキー  
(9枚お持ち帰り)

健康効果の高いオメガ3脂肪酸！どんな食べ物に含まれる？  
 どんな風に食べたらいい？素朴なギモンを博士が解決！  
 オメガ3脂肪酸を含む食材を使って楽しくCooking♪

### お土産

ファインスーパーフードチアシード (300g)

協賛：株式会社ファイン



### セミナー内容

※写真はイメージです。

テーマ：『スーパーフードで摂る  
オメガ3脂肪酸について』  
 講師：山口 明人氏  
 大阪大学名誉教授・薬学博士  
 一般社団法人国際スーパーフード・  
アンチエイジング学術機構理事長

### Point / 学べるポイント

- ・オメガ3脂肪酸について
- ・チアシードレシピのバリエーション

### School・Date / 開催場所・開催日時

- 1回完結
- 料理実演なし
- 参加年齢 15歳以上
- 遅刻 15分まで
- 実習形態 1人
- 持ち帰り袋 要

抽選

申込締切

8月18日(水)

お申込み多数の場合は抽選になります。  
 ご参加いただける方のみ、申込締切から  
 1週間以内にご案内いたします。

ハグミュージアム

淀屋橋

19 (日) 10:30

21 (火) 18:00

講習時間 130分(予定)

※2テーブルにインストラクター1人の実習です。

※上記日時のいずれかをお選びください。

※【写真撮影承諾のお願い】株式会社ファインおよび弊社のFacebook、ブログ、PR用印刷物などに掲載する予定です。

講習風景やお客さまの写真を撮影し使用させていただく場合がございます。ご了承頂いた方のみご参加いただけます。

※メニューの内容は一部変更する場合がございます。※規定の人数に満たない場合、やむを得ずレッスンを中止することがございます。

※食物アレルギーをお持ちの方は、ご自身の責任でご参加をお願いいたします。使用食材については、スクールにお問い合わせください。

▼WEBサイト



レッスンのお申し込みはWEBから！

大阪ガス クッキング

検索

<https://www.og-cookingschool.com/>