

音楽	芸能	美術 工芸	文化	文学	国際 語学	レクリエ ーション	子ども	スポーツ 体操	美容 健康	IT	日常 生活
----	----	----------	----	----	----------	--------------	-----	------------	----------	----	----------

登録名		分野	日常生活学習		
	ウズベキスタン料理教室	小分類	料理教室		
		指導	講演	披露	
		○			

【活動内容】

日本で手に入る材料からウズベキスタン料理の作り方を教えます。そして、試食しながらウズベキスタンの文化や魅力を紹介します。

～PR～	うどんやピラフの発祥地はウズベキスタンと言われていています。ウズベキスタンはシルクロードの東西と南北の交差点と言われていて、物流とともに食文化も世界中に広がっていきました。ウズベキスタン料理と言えば小麦粉、お肉、野菜をたくさん使う料理が多いです。ケバブや餃子、おかずサラダ、しゅうまい、肉まんのような料理が数たくさんあります。教える内容は：手作りの生地、パン料理、ケーキにお菓子からおかずサラダやお肉料理までジャンルが幅広いです。ここでしか作れない、ここでしか食べられないウズベキスタン料理はいかがですか？
------	---

■経費（材料費等）	材料費
■依頼者が準備するもの	キッチン道具、キッチン。講師の自宅でやる場合は必要なし。
■交通手段	講師が車を持っています。荷物が多いため車で移動します。
■資格・経験	「ニキズキッチン」では2016年から講師を講師しています。ナチュラルフード・コーディネーター資格を取得するために励んでいます。
■対象者	10歳以上のお子さん～大人まで



活動できる曜日		午前	午後	夜間
	月	○	○	
	火	○	○	
	水	○		
	木	○	○	
	金			
	土			
	日	○	○	
応相談：				
活動可能地域：横浜市全体				