

体の中からキレイに！ かんたん マクロビオティック スイーツレッスン

2010年10月8日(金)
18時～20時
「クオカショップ
自由が丘」にて
開催いたしました！

自由が丘で人気のお菓子とパン材料の専門店「**cuoca**」と弊社
企画協力・監修の「簡単キレイのレシピ」(運営:株エルネット)が、
マクロビオティックスイーツのコラボイベントを開催いたしました。

■紅茶とドライフルーツジャムのパウンドケーキ



■ごまとナッツとオートミールのクッキー



「簡単キレイのレシピ」とは？

毎日負担なく続けていただけるよう
簡単にこだわっており、管理栄養
士が作成したカラダにやさしくおいし
いレシピです。



キレイスイーツとは？

おいしく、食べてキレイになる
スイーツ (1人分200kcal以下)

- 食物繊維が豊富で太りにくい！
- ビタミン・ミネラル豊富！
- ころにおいしい！
- ◆プラス「マクロビオティック」
マクロビオティックの概念を+した
スイーツです。



マクロビオティックアドバイザー やまぎしけいこ がデモンストレーションを担当。



クオカショップ自由が丘の店内キッチンで開催。皆様熱心にメモを取りながら受講中！



管理栄養士 小島美和子からのミニ講座。



お待ちかねの試食です♪