



# 親子で夏バテ防止クッキング【薬膳レシピ & 乾燥野菜】



小学4～6年の親子を対象に、岐阜食材・薬膳・乾燥野菜を使った簡単なおうちごはんの作り方や食材等の知識を学びました。全員参加の体験型セミナーで、ワーキングママへの時短レシピや食品ロスを意識した簡単なメニュー等を紹介し、夏休みのごはんづくりの一助としました。

一般社団法人  
ぎふおうちごはん協会