

## TiDANEFA グルテンフリークラスのご案内

いよいよティーダヌファではグルテンフリースイーツのクラスをスタートいたします！

小麦が完全なる悪者なわけではないのですが、小麦アレルギーの方が増加していること、健康、美容のためにグルテンフリーな食生活が注目されるようになったことは、現代の食事情、踏み込んでいえば「農のあり方」への警鐘と言えるのかもしれませんがね。そこでティーダヌファができることは、とても小さな活動ですが、そんな話も交えながらスイーツの分野で「心の栄養＝スイーツ」をより美しく美味しく創造する楽しさをお伝えしていくことです。

洋菓子においては、卵や乳製品などの動物性食材だけでなく、小麦も使わないとなると、あまりにも難しいように思えます。私も数年前は頭から無理とっていました。けれど、技術の進歩でそれも難しくなくなってきましたよ！

毎回メイン素材をテーマとして、3種類のグルテンフリースイーツをご紹介します。

デモンストレーション形式の1dayレッスンは、ご入会することなく、どなたでもご参加いただけます。

【日時】 2015年 6月25日(木) 13:00~17:00  
6月26日(金) 13:00~17:00  
(予定時間より早く終了する場合がございますが、17時まではどうぞゆっくりご歓談ください。)

【テーマ】 お米（お米が原料の食材を数種類使います）  
作り方だけでなく、お米由来の食材の紹介や使い方もお伝えします

【メニュー】 1. 米粉のしっとりブラウニー  
(第2回全国米粉料理コンテスト食物アレルギー部門特別賞受賞作品)  
2. ビクトリアサンドイッチケーキ ラズベリーソース添え  
3. グレープフルーツと薔薇の香りの冷たいデザート

【会場】 講師自宅（東京都町田市、田園都市線つくし野駅より徒歩）  
※詳細はご受講確定後にお知らせいたします

【定員】 6名

【受講料】 10,000円(税込) 入会金不要  
※マクロビオティックスイーツコースをご受講中の方は、5%引きです(9,500円)

【講座形式】 デモンストレーション&試食  
☆お土産付き：ブラウニー、ビクトリアサンドイッチケーキ、ラズベリージャム



【持ち物】 筆記用具

【お申し込み方法】

TiDANEFA ホームページの上部右寄りの封筒マーク、または下部メニューの **Contact** より、すべての項目にご記入の上、メッセージ欄に「グルテンフリー 1 day クラス受講希望」及び、ご希望日を明記し、お申し込みください。

24 時間以内に折り返し詳細についてご連絡を差し上げます。

24 時間以内に確認のご連絡が届かない場合は、恐れ入りますがお電話にてお問い合わせください。

なんらかの理由により、こちらにお申し込みメールが届いていない、またはこちらからのご連絡メールが振り分けられ受信されていないことが考えられます。(TEL : 080-4002-2440)

お申込み前のご質問も、同様に **Contact** からお願いいたします。

【その他】

その他のご注意事項として、Extra Class のページ下部の **その他ご注意点** をご覧ください。

ご不明な点などございましたら、ご遠慮なくお問い合わせください。

TiDANEFA [info@tidanefa.com](mailto:info@tidanefa.com)

以上

