

精進料理教室

可睡齋では 精進料理教室を毎月2回開催しております。

非日常の空間で身と心を癒す

美味しい+身体にやさしい=精進料理

葉一枚、皮に至るまで無駄にしない、捨てない。全てを調理していただく、
エコの原点であるスローフード。

地元でとれる旬の食材を使い、動物性食品を一切使用しない健康的な精進料理を
ご自分の手で作ってみませんか。

講師は精進料理会の日本代表『小金山泰玄老師』です。

講師 小金山泰玄 典座和尚



◆プロフィール

京都府出身 大本山総持寺の典座を務めた後、可睡齋に
藤枝市 観音寺住職 精進料理『水月庵』主宰

◆出演

NHK『生活ほっとモーニング』、日本テレビ「Oha!4」、
BSジャパン「旅寺」、カゴメ「トマトの季節」、
朝日新聞出版「AERA English」、
「サライ」「日経おとなのOFF」…など多数。
外務省発行「niponica」にも取り上げられました。

受付時間	午前9時から
時間	9時30分～13時30分
参加費	お一人様3000円(昼食込み)
持ち物	エプロン・三角巾・筆記用具

《要予約》定員15名 ※定員になり次第締切となります。



※参加ご希望の方は、可睡齋総受付まで電話・FAX・メール、又は、インターネット予約にてお申し込み
お願い致します。

インターネット予約はこちらより

※1週間前までにお申込ください。



精進料理教室

へ 如月の献立表 へ

*季節により、献立内容は変更になります。

一、平椀 生麩、揚げ茶巾

一、本皿 椎茸コロッケ、牛蒡から揚げ、メロン

一、坪皿 茶碗蒸し(蓮根、百合根、銀杏、生麩)

一、皿 麩饅頭

一、小皿 キャベツ、もやし、舞茸のおひたし

一、香皿 香菜

一、汁椀 味噌汁

一、親椀 ちらし寿司