

# 料理を通して異文化を楽しむ



## ～インド料理～

インドの家庭料理を作りながら、インドの文化もご紹介します。  
スパイスの効能も学んで、美味しい! 楽しい! 時間を過ごしませんか?  
\*別室にて試食します。マスク会食のご協力をお願いします。

**Golden milk ゴールデンミルク**  
ターメリック ミルクとしても知られる  
ゴールデンミルクは、ミルク、ターメリック、  
その他のスパイスで作られたインドの  
ホットドリンクです。美肌、アンチエイジ  
ングにも good。

**Green chutney グリーンチャツネ**  
インド料理でスナックやサンドイッチの  
おかずとして使用されるソース。  
ミントとコリアンダーの葉に他のスパイス  
を加えて作られています。

日時 令和4年10月28日(金)  
10時～13時  
場所 仲町台地区センター  
募集 15人(先着)  
参加費 1500円  
講師 アキラ・モハンダスさん(インド)  
持ち物 筆記用具、マスク、エプロン、三角巾、  
手拭きタオル、密閉容器2つ  
申込み 9月11日9時から窓口先着順、  
10時から電話予約先着



**Keema Paratha**  
キーマ パラタ  
インドの家庭で作られている  
全粒粉でひき肉を挟んで焼い  
た平らな健康的なパンです。

### <受講にあたってのお願い>

- \* 換気のため、窓とドアは開放させていただきます。
- \* 別室にて試食予定です。マスク会食のご協力をお願いします。
- \* 調理には手袋を着用いただきます。(手袋はこちらでご用意します)
- \* 発熱・咳など、体調がすぐれない場合は、受講をご遠慮ください。
- \* アルコール消毒液で手指の消毒をお願いします。

問合せ 仲町台地区センター 電話 045-943-9191

### 個人情報取扱に関する同意書 (施設利用のために)

(個人情報保護管理者) 特定非営利活動法人 つづき区民交流協会 個人情報保護管理者 事務局長  
(利用目的) 1. お客様の施設利用、および当協会のサービス提供に対する申込手続およびご連絡のため、2. 施設PRのため、写真撮影等をする場合があります(個人情報の開示等に関して) 情報を提供されたお客様は、該当情報に関して利用目的の通知、開示、訂正・追加・削除、利用又は提供の拒否を要求いただける権利を有しております。 \* 当協会の個人情報の取扱詳細につきましては、当協会のホームページまたは施設内掲示の「当協会における個人情報の取扱について」に掲載しております。  
\* なお、いただいた個人情報は施設利用管理の目的以外には利用いたしません。  
上記についてご同意の上お申し込みください



認定特定非営利活動法人 つづき区民交流協会 <https://www.tsuzuki-koryu.org>  
横浜市仲町台地区センター 横浜市都筑区仲町台 2-7-2 045-943-9191

