

～五感を刺激する～ 食べられる野草の見分け方と野草ランチを楽しむ散策会

3月24日(金)、女性会研修委員会担当



講師
アヤアルケミスト(株)
瓜田綾子会員

女性会の皆さん、やはり強運をお持ちの方が多く、この日はミニ講習会の時間帯限定でお天気快晴となりました。

講師の瓜田さんに、食べられる野草、そうでない野草、また美味しい食べ方、野草の種類の見分け方などたくさんの事をレクチャーしていただきながら藤沢えびね・やまゆり園と遠藤笹窪谷戸公園散策、そしてその後は「農家レストランいぶき」で調理していただいた野草と美味しいランチで、ほっこり幸せな時間を過ごしました。大変貴重なひと時、またお勉強をさせていただきありがとうございました。



カキドオシ

フキ、ドクダミ



ハコベ、クコ



ユキノシタ、スギナ、
スイカズラ、ヨモギ、
コゴミの天ぷら



ドクダミの根
とカラスノエ
ンドウの炒め

