



～健康と長寿～  
**「野菜で健康」講習会**  
**トマトで楽しむフルーティカクテル**

今回は、カゴメ株式会社から野菜についての講習と、野菜の「上河」から仕入れた、大阪でとれた新鮮な春の野菜を中心にしたディナーコースを楽しみます。さらに、トマトを使ったフルーティな味わいのカクテルを楽しみます。

講習では、長寿をテーマに健康に良い野菜の摂り方やトマトの効果を楽しく学びます。さらに、BMI（体格指数）チェッカーの説明などなど、内容も盛りだくさんです。美味しく健康に。是非、この機会に職場のご友人、ご家族と一緒に奮ってご参加下さい。



日 時 平成 25 年 4 月 19 日（金）午後 6 時 30 分～

場 所 パル法円坂

大阪市中央区法円坂 1-1-38 TEL 06-6943-1122

定 員 40 名 ※定員になり次第締め切ります。

会 費 4,000 円（お土産 トマトの苗「凜々子」）

内 容 ・長寿を目指して野菜の上手な摂り方  
 ・健康とトマトの話

お申込 下記宛先まで、FAX・郵送・Eメール等にてお申込下さい。予約が成立した方には、振込み口座番号・振込み期限を記載した予約確認書を送付します。（複数でお申込の場合は申込書に代表者名を明記してください。予約確認書は1グループ1枚の発行となります。）  
 ※前日・当日のキャンセルについては、会費全額を徴収させていただきますのでご了承ください。

受 付 平成 25 年 4 月 10 日（水）まで

協 賛

カゴメ株式会社 アサヒビール株式会社 株式会社上河

切り取り線

「野菜で健康」講習会申込書

平成 25 年 月 日

| 氏名 | 所属（区名） | 緊急時連絡先（携帯・自宅など） |
|----|--------|-----------------|
|    | （ 区 ）  |                 |
|    | （ 区 ）  |                 |
|    | （ 区 ）  |                 |
|    | （ 区 ）  |                 |

計 名 代表者氏名



## M E N U

### 伊勢海老のパリジャン みつばをのせて

ジューシーでやわらかな伊勢海老をブドウ酢で作ったヴィネグレットソースで和えました  
みつばの香りを添えて

### えんどう豆のポタージュスープ

カロチンを豊富に含んだ旬野菜のえんどう豆を使った濃厚なスープです  
枝豆を浮かべて

### 貝柱と茸とサラダほうれん草のパイ包み

#### ソースショロン トマトのベニエ添え

ホタテ貝柱に海老のすり身をぬりサラダほうれん草を合わせパイ生地  
で包み焼きにしました トマト風味の温かいマヨネーズソースで

### 仔羊のコンフィ たけのこと泉州きゃべつ添え

肉質がやわらかく臭みのない仔羊と根菜を75度の油の中で素材にストレスを与えず  
ゆっくりと火を通しました 野菜を添えて

### トマトのムース

オレンジリキュールとレモン汁の効いたサッパリとした味のムースです

### パン・コーヒー

## D R I N K

### レッドアイ

アサヒスーパードライとカゴメトマトジュースのカクテル

### ブラッディマリー

ウィルキンソンウォッカとカゴメトマトジュースのカクテル

### ベジミモザ

スパークリングワインとカゴメフルーツジュースのカクテル

### トマップル

アップルワインとカゴメトマトジュースのカクテル

### アサヒスーパードライ

※食材の入荷の関係で内容が一部変更になることがあります。

※メニュー記載の飲料を十分用意いたしておりますが、フリードリンク制ではありません。  
事務局の指示に従わず講習会の趣旨を逸脱して、飲料をお求めの方はご遠慮ください。