

マクロビスイーツのイメージが覆る

マクロビ・ラボスイーツ受講生募集

6年前、東京自由が丘「グレイスフルスイーツスクール」で、わたしは衝撃を受けました。

それまでのわたしのマクロビオティックスイーツに対するイメージ（茶色い、ボソボソ、地味）を粉々に打ち砕いた、キラキラのスイーツたち。「このスイーツを新潟にも！」の想いで通い詰めたスクール。習ったレシピに手を加えながら、自分のスイーツも成長してきました。このスイーツクラスは、単にレシピを紹介するだけではなく、グレイスフルスイーツスクールさんの理念を受け継ぎ、「経験値を上げ、応用力をつける」ことを念頭にカリキュラムを組んでいます。素材への理解を深め、素材のパーセンテージが変わることで仕上がり、食感がどう変わるのかを経験することで、確実に応用力が身につきます。

●ベーシックコース

「経験値を上げ、応用力をつける」ことを念頭に組まれたカリキュラム。素材の使用量のパーセンテージを変え、実際にそれを味わうことで、レシピの応用の幅が広がり、自分好みのスイーツを自在に作るできるようになります。

●ステップアップコース（ベーシック終了者限定）

実際に当店で使用しているレシピの中から、ご家庭で作りやすいもの（時間、材料、難易度的に）をピックアップしてレッスンします。

●リユクスコース（ベーシック終了者限定）

少し難易度が高く、手間はかかりますが、特別な日に作りたくなる、ちょっと贅沢なスイーツのレッスンです。

○月1回 受講生と相談して決定 10:00~12:30 全6回（リユクス 全5回）

○受講料 各コース 108,000円

★特典★ オリジナルテキスト付、受講期間中メンバー限定グループでのサポート、
情報交換

○お支払い方法 申し込み後、1週間以内に、口座振込、現金、カード払い（手数料3.5%）

○定員 各コース 4名

○カリキュラム 別紙参照

○修了者には「終了証」を発行します

○講師 リナジー・スタイルアドバイザー 佐藤 美菜子

栄養士、準食学士、リマクッキングスクール師範科卒、マクロビオティックトータル
ライフアドバイザー上級終了、マクロビオティックスイーツ、食育インストラクター、
マーケティングプランナー



お問合せ・申込み先：090-4011-1158（佐藤）✉gohan@echigo-tane.info