

## 「ランナー料理」特別講習会のお知らせ

キリンのソルティライチのCMで有名になった、チェンマイ在住のランナー料理の専門家ターおばさんによる料理教室です。

ターおばさんの料理は、タイのマクロビと呼ばれていて、野菜中心の、とってもおいしいベジタリアン料理です。

今回初来日ですが、これから僧院にこもるため**教えるのは最後になる可能性があります**。是非この機会にランナーベジ料理をマスターして、ご自身のレシピに付け加えてください。(タイ料理専門家も大歓迎です。)

内容：ランナー料理3種類、デザート2種類、デザートお土産付き

日時：10月16日(木) 10時00分～15時30分 終了予定

場所：きゅりあん料理実習室 (JR大井町駅下車徒歩1分)

費用：7,500円 (レシピ冊子代を含む) **定員 (35名)** になり次第受付終了。

申し込み先：日本タイマッサージ協会 03-3783-0186 [info@thaimassage.jp](mailto:info@thaimassage.jp)



タイのお母さんの知恵から

ターおばさんの料理の一例です。



ターおばさんが料理を始めたのは、バンコクに暮らしていた子供時代からだという。母が敬虔な仏教徒で毎日欠かさず僧侶への托鉢をするのが常だった。そんな母の背中を見て育ち、母亡き後も当時の調理法を大切に守り続けている。

その昔、村の人々は当たり前のように、ハーブや野菜の知識を持ち、薬がなくても病気を治すことができていた。食べた物がすぐ体の栄養になり、「食べ物はいくら美味しくても体に負担や苦しみを生むものであってはならない。」とターおばさんはいつも言っている。その秘訣をターおばさんから学びましょう。

申込者氏名

携帯電話

住所 〒

メールアドレス：

領収書が必要な方は宛先を下記にお書きください。

申し込み方法：まずお電話で、予約確認をお願い致します。予約確認後、下記口座にお振り込みください。振り込み完了後、上記申し込み書に記入して、ファックス又は封書で送っていただきます。こちらから予約確定のお電話をさしあげて、予約完了となります。

この料理教室を知ったきっかけに○をつけてください。

1. 日本タイマッサージ協会送付資料 2. 協会HP/FB 3. ワイワイタイランド 4. その他

日本タイマッサージ協会

〒142-0062 品川区小山4-9-4 (目黒線 武蔵小山駅下車徒歩3分)

TEL&FAX：03-3783-0186 メール：info@thaimassage.jp

銀行振込先 三菱東京UFJ銀行 小山支店 普通 0894728 日本タイマッサージ協会

※ 予定していた、タイダンス講習会と武術講習会は、ウィー先生ご懐妊のためキャンセルになりました。