

(30年 4月21日) ワークショップ(玄米教室)

感想 及び メッセージをお願いいたします。

- 玄米の炊き方から効果までたいへんわかりやすかったです。
- 玄米+小豆 さっそくしていただきます。
- 炊き方の違いにおける食感の違いも試食でわかりやすかったです。
- インテイク米も意外と美味しかったのでやってみます。
- わかりやすいのでさらに実践していきます。

(30年 4月20日) ワークショップ(玄米教室)

感想 及び メッセージをお願いいたします。

玄米にいろいろな種類と炊き方がある事を知り、いろいろな食べ方で家族も食べやすいかな? と思った。
まずはチャレンジしてみます。