

視聴無料!

Instagramのアプリをダウンロードすれば
スマホ・タブレット
パソコンで視聴できます。

バレンタインデーにおすすめ!

もち麦や米粉を使った
こだわり料理&スイーツ



JA三次 インスタライブ 料理教室

2月11日 祝 | 13:30~15:00

終了時間は変更になる可能性があります。

いっしょに作る派?
見るだけ派?
どちらでもお気軽に♪

抽選で
プレゼント



「米粉(三次特産米あきろまん)」と
「もち麦(三次産キラリモチ)」をセットで!
詳しい応募方法はライブ後半でご紹介します。



講師 / 料理家
宮川 あゆみ先生

メニュー

- 「チキンのもち麦ピラフ詰め」
- 「米粉シチュー」
- 「米粉のバーチ・ディ・ダーマ」

#米粉のバーチ・ディ・ダーマ



※出来上がり写真はイメージです。



視聴方法 || 「材料を準備していっしょに作りましょう!」「事前調理が必要な食材もあります。詳しくはレシピを!」

事前準備 1 JA三次【公式】アカウントをフォロー ライブ当日 2 視聴はトップ画面の LIVE アイコンをタップ