

おいしくカルシウムをとろう！森永乳業の料理教室

森永乳業さまによる出張料理教室です♪
不足しがちなカルシウムを
おいしく！簡単に！補う知識を学んでみませんか？
身近な食材に牛乳や乳製品をプラスした
森永乳業オリジナルのレシピでカルシウム不足を
解消しましょう☆



素敵なおもてなしに！洋食コース

3品のカルシウム量合計 **285** mg



パルメサンチーズを肉団子と仕上げのダブル
で使っているのが、風味豊かで深い味わいを
楽しめるイタリアンです。

※ポルペッティーニとは、
イタリア風ミートボールのことです。



チーズのポルペッティーニ



彩り豊かな野菜をヨーグルトベース
のマリネ液に漬けた、まろやかな
酸味で食べやすいマリネです。



ヨーグルトマリネ ミント風味



パルテノ・ティラミス



クリームチーズやマスカルポーネを使
わずに濃密ギリシャヨーグルトで作る
ヘルシーなティラミスです。

