

ナチュラルライフ

1月27日(土)

牡蠣を食べつくす 和の手仕事冬の食卓



**講師
足立清子氏**



アジは手開きも出来るんです



講師の差し入れ
鮭のカルパッチョ

牡蠣ご飯



お腹いっぱい 大満足

キッチンばさみと手開きで、鮭を捌きました。三枚おろしもしました。牡蠣は、ペンチで差し込み口を作ると簡単に開く事ができました。