

【今回のテーマ】

魚をさばけるってカッコイイ!!

いつか自分で釣った魚もさばけるようになるかも・・・

10月23日（日）開催
親子10組20名様限定



① 割烹高むらの大将が見せる真鯛の解体ショー

② 親子で一緒にアジをさばいてみよう！

誰でも簡単にできる**裏ワザ**を使ってきれいな3枚おろしに挑戦

自分達でさばいたアジと、真鯛をのせた愛媛県南予地方の郷土料理
“日向めし・鯛めし”の2色丼を作ります
宇和島水産高校の生徒さん達が郷土料理の先生
ネットを使ったライブ中継で実施します
両会場で作って一緒に「いただきます！」

「高村さんが作るアラ汁は
見逃せない！」



“割烹高むら” 大将

日時：10月23日（日）

AM 11:00 ~ PM 2:00

場所：① 割烹高むら

東京都世田谷区北沢3-25-1

② シモキタオープンイノベーション2F

世田谷区北沢2-37-17

(下北沢一番街商店街振興組合事務所)

TEL 03-6796-2933

参加費：親子1組（2名）¥2,900

(材料費・保険料・等含む 当日お支払いください)

※ 普段ご使用の包丁とエプロン・三角巾・ふきんを
ご用意ください

● 参加ご希望の方は以下のアドレス、又はQRコードを読み取って
お名前、E-mailアドレスをご記入の上送信ください。

後ほど担当者から確認のメールをお送りさせていただきます。

<http://www.ecop.asia/mail.html>



主催：NPO法人エコプラス (<http://www.ecop.asia>)

共催：愛媛県立宇和島水産高校

協力：割烹高むら