



well-being ワンデー講座

タイプ別ストレス解消法と薬膳実習

2023年5月8日(月)

A.11:00~13:30 B.18:00~20:30

場所：薬膳アカデミア 薬膳ラボ新宿御苑前

東京都新宿区新宿1-25-3 6階

丸の内線新宿御苑駅徒歩5分

新副都心線新宿三丁目駅

講師：和田暁 中医師・高級中医薬膳伝授師

代金：6,930(税込)



well-being Menu

- ・ 五色野菜と薬膳ハーブドレッシング
- ・ やまいもとホタテ貝の煮凝り
- ・ なつめと蓮の実の卵饅頭
- ・ 桜エビとザーサイの焼き豆腐
 ・ クルミ冬虫夏草花タレ
- ・ すっぽんと白木耳のスープ
- ・ バラ花と紅粧の豆乳ムース
 ・ さんざしソース添え
- ・ 春毫茶（極上のジャスミン茶）
- ・ 黄金菊花と白桃のブレンド茶
- ・ ベリーベリーシェーク