

日赤さんと防災食を 作ろう講座

9月23日（月・振）

日赤さんに協力していただき、防災食を作りました。

メニューは、みんな大好きカレーライス🍛

ハイゼックスの袋に、お米とお水を入れて湯煎します。

カレーもルーとベーコン・野菜を入れてまたまた湯煎！！

デザートまで簡単にできました。

簡単で、洗い物も少なく誰でも楽しく作れます。

作ったあとは、みんなで試食しながら防災の話をして意識を高めました。とても美味しかったです♪

家でも作ってみますと言っていたいただき、とっても良い講座になりました。

日赤の皆さん、ありがとうございました。

menu

- ① カレーライス
- ② きゅうりの漬物
- ③ デザート

