TigerNuts Academy No.41

～デトックス～

2018年は、カラダ丸ごとキレイ年
タイガーナッツで本気のデトックス!

**栄養豊富で、抗酸化作用に優れたタイガーナッツ。
スーパーフードのスペシャリストYORIKO先生から
タイガーナッツに色々なスーパーフードをプラスした
デトックスフルコースと、
賢い「食」を選択するための”オトナの食育講座”が学べる
デモンストレーション形式のレッスンです！
新年は、頑張り続けるカラダのメンテナンスから。
一生を通して「健康は資産」であることを、
ぜひ体感しにいらしてください♪**

～講師～
鶴田　頼子さん
インターナショナルスーパーフード協会
認定アドバイザー、料理研究家、
自家製酵母イタリア菓子研究家

国内のレストランや菓子店で約10年働いたのち、イタリアに渡り、トップレベルのパティスリーで約6年の修行を積む。
帰国後、名門リストランテで働く傍ら、スーパーフードと出会い、身体の好変化を実感する。
それを機に、現在は食育講座付きのスーパーフード料理レッスンを各地で開催。
「予防医学の大切さを次世代に伝える」という使命のもと、全国へ活動を広げている。

日　時　**1月17日（水）12:00～16:00**

YORIKO先生特製
“7年もの自家製酵母”
お土産付き♡

場　所　タイガーナッツ・ジャパン
青山一丁目駅、赤坂見附駅、赤坂駅より徒歩７分

受講料　¥8000（事前振込）
※ご優待券をお持ちの方は
お知らせください。

【お正月太りやニブくなった体調を解消するデトックスメニュー】

**＊すべてオーガニックや無添加食材に
こだわった調理のデモンストレーション**

**＊スーパーフードで
デトックスを成功させる食学講座**

＊レシピ付き

- タイガーナッツフラワーでつくる
  ローフード、マッシュルームマカロン
- ケールとオルチャータの根菜シチュー
- タイガーナッツフラワーと古代小麦の
  自家製酵母フォカッチャ
- オルチャータとモリンガの抹茶ローブリュレ
- タイガーナッツ各種
- オルチャータ
- 寅茶（タイガーナッツティ）

お支払い方法

～ゆうちょ銀行からのお振込～
記号：００１９０３ 番号：７１０５３３

～ゆうちょ銀行以外からのお振込～
ゆうちょ銀行０１９店 当座 ０７１０５３３
名義：タイガーナッツ・ジャパン（カ

お申し込み

ac-yoshida@tigernuts.co.jpへ
お名前・ご住所・電話番号を
お送りください。
折り返し、詳細をご連絡いたします。

QRコードから
お申込みメールが
簡単に送信いただけます！

※定員になり次第、受付終了となります。

タイガーナッツ・ジャパン株式会社：東京都港区赤坂7-2-6-604
MAIL:ac-yoshida@tigernuts.co.jp（担当：吉田）　TEL:03-3401-1148

キャンセルポリシーについて：キャンセル料は開催前々日より５０%、前日７０%、当日１００%のご負担になります。

© 1992 - 2017 TigerNuts Japan Inc., All right reserved.