



市民ふれあい学級 野沢公民館



## 酵素ドリンク作り教室

リンゴの紅玉を使って、生きた酵素ドリンクをつくりました

10月7日、高地清美先生を講師に野沢会館調理室でリンゴの紅玉を使った酵素ドリンク作り教室を開催しました。

酵素ドリンクが、リンゴを使ってでき、作り方も簡単でした。10日程するとドリンクの完成です。

