

## アマンドリーナ 奥井奈都美さん

金沢区柴町で育った摘果みかんや唐辛子など地場の素材にこだわった調味料やジュースを作っています。地元の皆さんへお会い出来るのを楽しみに今回はあおみかンドレッシング、あおみかん胡椒、金澤八味唐辛子を販売します！



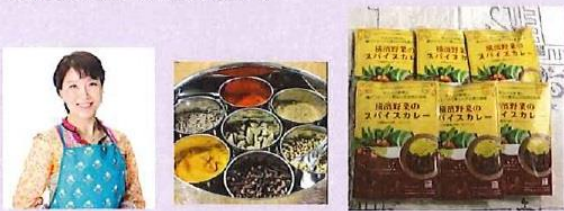
## 横浜健康ファームともだち

阪田守昭さん  
保土ヶ谷の丘の上で自然農法にてオーガニック野菜を育てています。健康で安心安全はもちろん、その野菜本来の美味しい味を求めて工夫し、挑戦しています。今回は横浜産昆布堆肥で育てたフリルレタス、そら豆など自然農法で育てた横浜野菜をお届けします！



## マサラモア 中尾真紀子さん

忙しい時も食卓に出せる安心の高品質レトルトカレーで野菜不足を解消！  
スパイスの香りで癒され、効能で元気になってもらいたい！ご家庭に合ったカレーのアドバイスも当日させていただきます。



cafe&marche ael.  
PRESENTS

## 横浜地産地消マルシェ

@NANBUBASE

5/1(土)  
10:00～16:00

cafe&marche ael.

はまふうどコンシェルジュがお届けする  
モノ、ヒト、コト、パショに出会える  
素敵な体験を作り出す活動をしています。



↑場所はコチラから



※次回は6/5(土)開催予定

## フレスコ西谷 飯田規秀さん

保土ヶ谷区西谷にある苅部農園直売所「フレスコ西谷」の飯田です。  
露地野菜を中心に栽培、販売しています。  
今回は大根、人参、小松菜、キャベツなどを旬の野菜を販売しますので是非お立ち寄りください！



## みっちゃん家のお菓子

川西充代さん  
約8年間パン屋での経験を生かして自宅に工房を作り米粉のパンやシフォンケーキを焼いています。  
食べたらほっこりするそんなパンやお菓子作りを心がけています。  
人気の米粉のパン、グルテンフリーパンやシフォンケーキなどを一度お試しあれ！



はまふっどコンシェルジュによる



# 横浜地産地消 ワークショップ@NANBUBASE

2021/5/1(土)

11:00~各回30分程度

定員：各回12名

場所：NANBU BASE

ご予約はコチラから→

(受付は各回開始時間の10分前より)



はまふっどコンシェルジュとは？

横浜市認定の地産地消ナビゲーターです。

横浜で生産される農産物や加工品を広く皆様にご紹介しています。

今回は横浜の代表的生産物である小松菜を使って、様々な切り口でミニワークショップを開催します!!

是非ご参加ください♪



## メニューみがき講座基礎編~小松菜編~

講師：nori★nori★Kitchen代表 荒木のりこ

開催時間  
11:00~



お料理は掛け算&∞に増える  
レポートリーのコツを試食で実感!

「試食&レシピ付き」

参加費：1,500円(税込)

どなたでも参加可能

※会費は当日受付でお支払いください。

## 親子で作る小松菜餃子

講師：むっくキッズフードアカデミー主催 成瀬優子

開催時間  
13:00~

具にも皮にも小松菜たっぷりの  
野菜餃子を包んでみよう!



「餃子包み体験&試食付き」

参加費：2,000円(税込)

保護者+小学生までのお子様対象

※会費は当日受付でお支払いください。

## 水引で作るミニチュア小松菜

講師：葎やまと代表 河原真友子

開催時間  
14:00~

祝い袋などでおなじみの水引  
可愛いミニチュアサイズの  
小松菜を作成して  
箸袋に仕上げます。



「水引のお土産付き」

参加費：500円(税込)

どなたでも参加可能

※会費は当日受付でお支払いください。

## 素材のおいしさを引き出す~小松菜~

講師：La Cucina di U店主 中山U子

開催時間  
15:00~

「ワインに合うおつまみの店」を  
経営のU子さんによる  
食材に合った  
おいしさの引き出し方を  
簡単バージョンで学びます!



「試食付き」

参加費：1,000円(税込)

どなたでも参加可能

※会費は当日受付でお支払いください。