

熟成酒かすで 食とスキンケア♪

2月26日(火) 参加14人

講師 旅するたべとこ屋 日と月と 明子さん



大きな鰯☆



熟成酒かすってな〜に？

先生からお話を頂いた後
みんなでレッツクッキング！

パックすること 10 分間待ってみると...

まずは...

今が旬の鰯を作ったペーストに
漬け込みました。数日後
自宅で焼くのが楽しみ♪



美肌☆

次に...

はちみつ入れてハンドパック☆
お肌がしっとり〜〜
あれっ... 色白にもなってる！
驚き(☆☆)でした♪

最後に美味しいご飯と酒かす
入りの豚汁を頂きほっこり(^^)
記念撮影~しました。

