

生機飲食

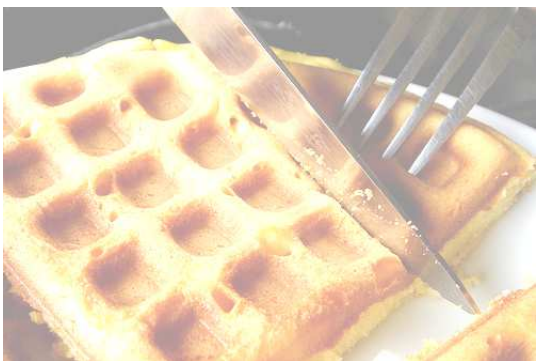
健康廚房

何謂“生機”飲食??

“生機”飲食是現今最『潮』之健康飲食文化，主張少油、少鹽、少毒素、不過度烹調、吃整全有機食物等等.....

Organic MaMa 有機農社邀請專家介紹如何輕鬆製作健康美食，務求保留食物最完整營養&酵素，並將人體所需營養素分解，更易被人體吸收。

生機飲食之奧秘：
排除毒素！！
減輕壓力！！
吃出青春！！
吃出免疫力！！
吃出健康！！



即場製作及試食：

有機腰果奶 有機果醬
紅蘿蔔菜乾紫菜湯 自製乾果(如：火龍果)
千島醬(無奶無蛋) 高纖亞麻籽乾果燕麥
自製嬰兒/兒童食品：鮮果軟糖，米糊，果泥...等等

日期：2008年8月9日(六)

時間：下午 2:30 - 4:00

地點：香港灣仔灣仔道 101-103 號明德商業大廈 8 樓 B 室

費用：每位\$10 (作留位之用，講座後全數退還)

查詢及留位熱線：(852) 31794623 及 info@organicmama.com.hk (請留下姓名及聯絡電話)