

สายเฮลท์ตี้ รับประทานอาหารเลย!! เวอร์คซ็อบ 4 สูตรเด็ด

!!...“น้ำสลัดออร์แกนิก” 18 ต.ค.นี้ ณ ตลาดสุขใจ จ.

นครปฐม



หากเอ่ยชื่ออาหารเพื่อสุขภาพ สลัด ถือเป็นเมนูลำดับต้นๆ ที่หลายคนนึกถึง โดยเฉพาะสายคลีน สายเฮลท์ตี้ ที่ต้องการควบคุมน้ำหนัก รับประทานแล้วไม่อ้วน และมีประโยชน์ต่อสุขภาพ เพราะผักสลัดอุดมไปด้วย วิตามิน เกลือแร่ และมีปริมาณแคลอรีไม่มาก สามารถเผาผลาญได้ในเวลาอันสั้น แต่หัวใจสำคัญที่ทำให้เมนูนี้อร่อย นั่นคือ น้ำสลัด เพราะเป็นตัวชูรสชาติที่ทำให้ผักอร่อยกลมกล่อมแบบลงตัว

และเพื่อเพิ่มสุขภาพดีให้กับคนหลงใหลเมนูสลัด สามพรานโมเดล อะคาเดมี่ ภายใต้การสนับสนุนของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) จัดเต็มเวิร์คซ็อบ 4 สูตรเด็ด “น้ำสลัดออร์แกนิก” เพื่อเพิ่มอัตราการบริโภคผักผลไม้วันละ 400 กรัม ตามคำแนะนำขององค์การอนามัยโลก และเพื่อให้ผู้บริโภคได้เรียนรู้ เคล็ดล็บความอร่อย รวมถึงเทคนิค วิธีการทำน้ำสลัด ที่ดีต่อสุขภาพ มีประโยชน์ สะอาด ปลอดภัยด้วยวิธีง่ายๆ สามารถทำทานเองที่บ้าน

สำหรับเวิร์คซ็อบ “น้ำสลัดออร์แกนิก” มี 4 สูตรด้วยกัน ได้แก่ 1.น้ำสลัดยำไทย 2.น้ำสลัดบัลซามิก 3.มายองเนส และ 4.น้ำสลัดซีอิ๊วขาวญี่ปุ่น แต่ละสูตรมีความโดดเด่นที่แตกต่างๆ กัน แต่ที่เหมือนกันคือ เน้นคัดสรรวัตถุดิบและ

เครื่องปรุงออร์แกนิก เพื่อสุขภาพที่ดี โดยเวิร์คช็อปนี้ ได้รับเกียรติจากวิทยากร คนเก่ง คุณสมิตตา บางบอน ผู้ชื่นชอบการทำอาหารเพื่อสุขภาพทานเองในครอบครัว และยังร่วมแบ่งปันความรู้ตามเวทีต่างๆอยู่เสมอจนเป็นที่รู้จักของคนสายคลีน

น้ำสลัดออร์แกนิก ทำง่าย ใช้เวลาไม่นาน ทำทานเองได้ที่บ้าน ซึ่งนอกจาก ช่วยประหยัดเงิน ประหยัดเวลา ยังได้สุขภาพดี เพราะสามารถเลือกวัตถุดิบที่ปลอดภัยได้เอง และปรุงแต่งรสชาติได้ตามใจชอบ สนใจแวะมาเก็บเกี่ยวความรู้ วิธีการทำ เทคนิคต่างๆ พร้อมเคล็ดลับความอร่อยจากวิทยากร ที่ตั้งใจมาถ่ายทอดความรู้แบบไม่มีกั๊ก พร้อมแจกสูตรให้ไปทำเองที่บ้านเต็มสุขภาพดีให้กับคนในครอบครัว

รับสมัครเลย!!..รับจำกัดเพียง 10 ท่านเท่านั้น ซึ่งคอร์สนี้จัดขึ้นวันอาทิตย์ที่ 18 ตุลาคม 2563 เวลา 10.00 – 12.00 น. ณ บริเวณตลาดสุขใจ ค่ากิจกรรมเพียง 100 บาท เพื่อสนับสนุนกิจกรรมและเป็นทุนการศึกษาให้กับนักเรียนที่เข้าร่วมโครงการส่งเสริมเกษตรอินทรีย์ในโรงเรียนดูรายละเอียดหรือสมัครเข้าร่วมกิจกรรมผ่านหน้าเพจเฟซบุ๊ก ตลาดสุขใจ นครปฐม ตามลิงค์นี้ ได้เลย <https://bit.ly/30Uu4DD>