

木曜日クラス

金曜日クラス

毎月入会可能です

2025 年 10 月～2025 年 12 月

季節料理と保存食

- 講師：郷土料理研究家 伊藤華づ枝
- 開講日：第3金曜日 13:15～15:30 } 同じ内容です
第4木曜日 13:15～15:30
- 受講料：3ヵ月分(3回分) 22,773円 + 税 = 25,050円
- 持ち物：エプロン・筆記用具・箸・お持ち帰り用の密閉容器や保冷剤
旬の食材を使用した、季節料理や保存食を実習します

講師 伊藤華づ枝
・インターティアラ・お料理サロン校長
・料理の技と知識で心を動かす”25万人の食の教育者”
・食育伝道師・管理栄養士・料理研究家
・テーブルコーディネーター・調理師
・フードコーディネーター
・スイーツスペシャリスト
・介護食アドバイザー・幼児食アドバイザー
・中国茶アドバイザー・だしの探求家
・おこめマイスター



【振替受講可能】 欠席される場合は、他のクラスに追加金なしで振替受講が可能です
(受講日の3日前までに欠席の連絡を頂いた場合のみ・2日前～当日の欠席は振替受講不可)
(ただし、「伊藤華づ枝の手料理を食べる会」クラス、「プロから学ぶ日本料理の極意」クラスは追加金が必要です)

10月17日(金)・23日(木)

～乳酸発酵した白菜の漬物を使って肉まんをつくりましょう～

- * 酸菜包子(写真①)
- * エビチリ(写真②)
- * フルーツ杏仁豆腐(写真③)



3



※献立内容や日程は変更する場合があります
※料理写真はイメージです

※欠席・振替などの連絡は
必ずスタッフまで
直接又はお電話にてご連絡ください
TEL: 052-253-6340/6344

11月21日(金)・27日(木)

～キムチを作しましょう～

- * 白菜のキムチ または きゅうりのキムチ(写真④)
- * 石焼ビビンバ(写真⑤)
- * ヤンニョムチキン(写真⑥)
- * ケランチム(写真⑦)



12月19日(金)・25日(木)

～おかずみそを作ります～

- * おかずみそ(写真⑧)
- * ポルケッタ・・・ハーブを巻いたローストポーク(写真⑨)
- * 牛肉の赤ワイン煮込み(写真⑩)
- * ベリーのロールケーキ(写真⑪)



【お問い合わせ・お申し込み先】

インターティアラ・お料理サロン
(栄中日文化センター提携)
〒461-0005
名古屋市東区東桜 1-3-22
ヴィアーレ・アルベルゴ 10F
(受付時間・9:00～18:00 ※但し日曜日を除く)
TEL/FAX: 052-253-6340/6344
E-Mail: intertiara-salon@outlook.jp
URL: <http://www.intertiara.com>

