

かんたんフレンチ&イタリアン~ワインとともに~



2019年4月~6月
講座内容のご案内

講師：料理研究家 やとうりつこ 谷藤律子 ボン ルバ (bon repas主宰)

受講日：毎月第4金曜日 午後6時30分~8時30分

受講料：3ヵ月分 前納 13,320円 (税別)



☆シニアワインエキスパートの資格を持つ講師が厳選した「ワイン」とともに料理をお楽しみください。

4月26日：春爛漫のかんたんイタリアン

- ◇カジキマグロと菜花のポワレ 緑のソース
魚料理も野菜使いで春らしく。季節野菜との組み合わせを彩りも一緒に楽しむひと皿に。
- ◇牛肉ボール トマトと茸のソース
挽き肉料理をご馳走に。ソースと一緒にオーブンで焼きあげる簡単レシピです。
- ◇苺とマスカルポーネチーズのセミフレッド
ワイン：世界のロゼワイン



5月24日：初夏を楽しむかんたんフレンチ

- ◇グリーンアスパラガスと帆立のポワレ
ベアルネーズソース
本格的なソースを家庭でも手軽に作れる方法をご紹介します。料理のグレードが大幅にアップ！
- ◇鶏モモ肉と春キャベツのブレゼ
付け合わせも一緒に、フライパンひとつでできる簡単レシピです。春キャベツならではのおいしさ☆
- ◇グレープフルーツのフラン
焼き立て熱々のフランに冷たいアイス添えて。
ワイン：フランスの白ワイン



6月28日：ビタミンカラーでフレンチ&イタリアン

- ◇カラフルトマトのジュレ
トマトを旨みたっぷりの可愛いジュレ仕立てに。
- ◇豚モモ肉のカツレツ風 ハニーマスタードの香り
揚げない豚カツ!! モモ肉も下味の効果で柔らかく仕上がります。ご家庭の定番メニューになること間違いなし! なレシピです。
- ◇林檎とオレンジのグラタン
フルーツグラタンも柑橘を活かして夏向きレシピに。
ワイン：キリッと辛口白ワイン



※メニューは、都合により変更する場合がございます。ご了承ください。

【お問合せ・お申込み先】 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・9:00~19:00 ※除:日曜日)
 TEL/FAX: 052-253-6340/6344 E-mail: intertiara-salon@outlook.jp URL: <http://www.intertiara.com>