

# イタリアンマンマの オリーブオイルクッキング

【講師】篠田真理  
〈イタリア料理研究家〉



【受講料】3カ月〈3回〉 【日時】第3水曜日 毎月入会  
13,320円+税=14,386円 18:30~20:30 できます



オリーブオイルをたくさん使ったイタリアの家庭料理を手軽に作りましょう。  
ミニ講義「イタリアンマンマの基礎知識」もありますよ(\*^^)v

## ①【4月17日】

- 白いんげん豆ときのこのマリネ
- 春キャベツのクリームスープパスタ
- 花ズッキーネと魚のフリット

作り置きも出来るマリネとショートパスタを使った  
スープに春の味覚、ズッキーネの花のフライです。

## ②【5月15日】

- アスパラガスのミラノ風
- 豚フィレ肉のベーコン巻き  
ゴルゴンゾーラチーズのソース
- 手作りのフォカッチャ オレガノ風味

旬のアスパラガスを主役にする一皿と  
フワフワの簡単なフォカッチャを作りましょう。

## ③【6月19日】

- スパゲッティ アツラ ペスカトーラ  
(漁師風のスパゲッティ)
- きゅうりの豚肉巻き  
マスタードソース
- フリッテレ (お米のドーナツ)

魚介の旨みたっぷりの定番パスタにお米を使った  
さっくりと軽いドーナツを作りましょう。

白いんげん豆ときのこのマリネ



スパゲッティ  
アツラ  
ペスカトーラ  
(漁師風のスパゲッティ)



アスパラガスのミラノ風

【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・9:00~19:00 ※但し日曜日を除く)

※メニューは都合により変更させていただく場合がございます

TEL/FAX : 052-253-6340/6344

E-Mail : [intertiara-salon@outlook.jp](mailto:intertiara-salon@outlook.jp)

URL : <http://www.intertiara.com>