

# 男のエプロン1年生

2021年 4月～6月

- 講師：料理研究家・伊藤華づ枝
- 開講日：第1・3木曜・10:00～12:00 ◆毎月入会可能です
- 受講料：1.5ヵ月分(3回分) 16,590円+税=合計18,249円
- 3ヵ月分(6回分) 32,580円+税=合計35,838円

これだけは習っておきたい料理を、和洋中全てのジャンルから指導する男性向け講座です  
半年、一年と受講すればとびっきりの腕前になれること間違いなし！



1



2

4月1日  
～炊き込みご飯と失敗しないかき揚げ～  
★しいたけご飯(写真①)  
★もずくのモチモチかき揚げ(写真②)  
★お楽しみの一品



3

4

5月6日  
～ホワイトソースはコツさえ覚えれば  
プロ並みのクリーミーな仕上がりになります～  
★クリーミーなマカロニグラタン(写真⑤)  
★ほうれん草の木の葉サラダ  
★ピーカンナッツパイ(写真⑥)



5



6

6月3日  
～中国料理はササッと作れて  
栄養バランスにも優れます～  
★牛肉とトマトの卵炒め(写真⑧)  
★肉団子のとうもろこし蒸し(写真⑨)  
★お楽しみの一品



8

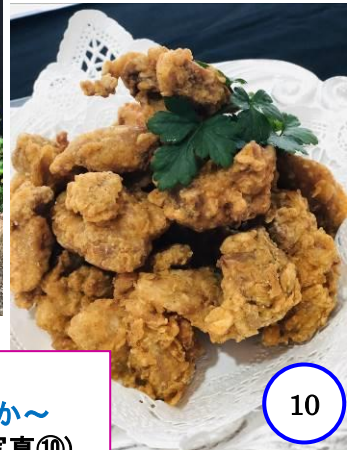


9

5月20日  
～春の外出～  
★みなんでお食事に行きます  
美濃加茂市の料亭「うを完」(写真⑦)  
JR 美濃太田駅まで送迎バス有り  
～時刻表などを渡します  
みなんで乗って行きましょう～



7



10

6月17日  
～巷では唐揚げが大人気とか～  
★スパイシーチキンの唐揚げ(写真⑩)  
★トマト味のハヤシライス  
★冷たいデザート(予定)

※献立内容や食事会の日程は多少変更する場合があります

【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