

毎月入会  
可能です

# 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4木曜日 13:15~15:30 } 同じ内容です  
第4金曜日 13:00~15:15 }
- 受講料：3ヵ月分(3回分) 17,880円+税=合計 19,668円  
旬の食材を使用した、季節料理や保存食を実習します



4月  
22日(木)  
23日(金)

## 日本料理と保存食

- 保存食は初夏にぴったりの南蛮漬けを作しましょう
- ・山菜天ぷら・しいたけご飯
  - ・お楽しみのお一品



〈講座担当〉 伊藤華づ枝

- ・料理研究家・管理栄養士
- ・フードコーディネーター
- ・テーブルコーディネーター



5月  
27日(木)  
28日(金)

## イタリア料理と保存食

- 保存食はじゃこ山椒とカリカリらっきょうを作しましょう
- ・アクアパッツァ・カポナータ
  - ・カリフラワーのフリラッレ



※献立は予告なく変更する場合があります

6月  
24日(木)  
25日(金)

## 中国料理と保存食

- 保存食はゴーヤーを使ってみそと佃煮を作しましょう
- ・エビマヨ
  - ・くらげの酢の物 他

### 【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>

