

# 男のエプロン1年生

2021年 7月～9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！

7月1日

～逃げてはなりません～

- ★茶そばの鉄板焼き (写真①)
- ★なすのごま酢みそ和え
- ★魚のマヨネーズ焼き 又は 鮎の塩焼き



7月15日

～10年前のレシピを振り返って復習します～

- ★ホタテとカシューナッツの塩味炒め (写真②)
- ★豆もやしと白髪ねぎのピリ辛和え&茹で汁スープ
- ★ココナッツ団子 (写真③) 又は シュークリーム



8月5日

～今年の夏休みは僕が手料理をふるまいます～

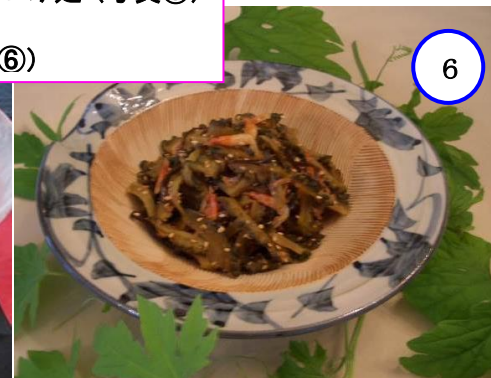
- ★手巻き寿司 (写真④)
- ★しし唐辛子と糸こんにゃくのピリ辛煮
- ★お楽しみの一品



8月19日

～過ぎ行く夏を惜しみながら～

- ★たっぷり野菜のピリ辛つけ麺 (写真⑤)
- ★豆腐の夏野菜サラダ
- ★ゴーヤーの佃煮 (写真⑥)



9月16日

～素朴なおやつを作りましょう～

- ★おやき (写真⑧)
- ★鶏つくね
- ★お楽しみの一品



9月2日

～ハーブを使って新しい味覚を鍛えましょう～

- ★サーモンコロケ (写真⑦)
- ★ブロッコリーのフリッテッレ
- ★お楽しみの一品



【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>

※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