

木曜日クラス

金曜日クラス

毎月入会可能です

# 季節料理と保存食



〈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

- 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  
第4金曜日 13:00~15:15 } 同じ内容です
- 受講料：3ヵ月分(3回分) 19,773円+税=合計 21,750円
- 持ち物：エプロン・筆記用具・箸・お持ち帰り用の密閉容器や保冷剤  
旬の食材を使用した、季節料理や保存食を実習します

1月26日(木)・27日(金)

長崎の味は絶品です

毎年恒例のみそ作りもしましょう

- \*ちゃんぽん麺 (写真①)
- \*ハトシロール (写真②) \*お楽しみの一品
- \*手作りみそ (写真③)



2月23日(木・祝)・24日(金)

家庭で韓国料理を楽しみましょう

- \*白菜キムチ (写真④) \*大根キムチ
- \*ポークチゲ・キムチ鍋 (写真⑤)
- \*チャプチェ(春雨と野菜炒め) (写真⑥)
- \*イカのカンフェ など



3月23日(木)・24日(金)

いなり寿司の油揚げをおいしく煮る方法

- \*かやくいなり寿司 (写真⑦) \*もずくの卵とじ (写真⑧) \*お楽しみの一品



※献立内容や日程は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>

