# 宮本和秀の
# もてなしクッキング

※参考写真

〔講　師〕　CBC テレビ　3分クッキングレギュラー講師　宮本　和秀
〔開講日〕　第4土曜日　午前の部　10:00～12:00
　　　　　　　　　　　午後の部　13:15～15:15
〔受講料〕　19,773 円＋税＝合計 21,750 円

毎月入会可

テレビでおなじみの講師が、バラエティ豊かなレシピとデザート
を取り混ぜて実習します。皆様のご参加をお待ちいたしております

〔2023年4月～2023年9月　カリキュラム〕

| | 献立 |
|---|---|
| 4 月 22 日 | スペアリブとメンマの中華煮<br>そら豆のスープ<br>大豆もやしのナムル |
| 5 月 27 日 | メカジキのレモンバターソース<br>水菜のナッツサラダ<br>ポテトガレット |
| 6 月 24 日 | 新ごぼうと明太子の混ぜごはん<br>海苔のかき玉汁<br>ズッキーニとツナのマヨ玉あえ |
| 7 月 22 日 | 食パンで作るカレー揚げパン<br>レタスのフレンチサラダ<br>サーモンと細いパスタの冷製 |
| 8 月 26 日 | シーフードカレー<br>じゃが芋のベーコンのサラダ<br>ホワイトババロア |
| 9 月 23 日(祝) | 里芋のコンニャクの味噌田楽<br>にんじんと桜えびの炊き込みごはん<br>ほうれん草の柚子ごま浸し |

※献立の内容は、材料の仕入れ状況によって変更になる場合もございます

**【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