

日々の旬菜料理講座

和・洋・中を中心に、デザートからケーキ・パン・和菓子などを織り込んだバラエティ豊かなメニューです。できるだけ生活クラブの消費材を使います。

◇受講日 毎月第2月曜日 10:00~12:30 (休日は第3週に変更)

◇場所 新横浜オルタナティブ生活館 4階調理室

◇受講料 3,500円(材料 レシピ含む) 講座維持費 100円/月

◇講師 後藤加代子

☆持ち物: エプロン 三角巾 布巾2枚(食器用) 筆記用具

2018.4月~9月

日付	献立
4/9	<ul style="list-style-type: none"> ・ホットプレートでパエリア ・新じゃが芋と新玉ねぎのそら豆ドレッシングサラダ ★苺のロールケーキ コーヒー 
5/14	<ul style="list-style-type: none"> ～ 缶詰を使った、簡単料理～ ・アサリ缶の炊き込みご飯 ・ガパオ缶のゴーヤチャンプルー風 ・豆腐とサバ缶の煮物 ★ヨーグルトパンプディング (パイナップル缶) 
6/11	<ul style="list-style-type: none"> ・トマトソースの冷やし中華 ・ピリ辛茄子の梅肉炒め ・グリーンアスパラの甘酢漬け ★アーモンド中華クッキー
7/9	<ul style="list-style-type: none"> ・ゴロゴロ野菜のメンチカツ・三十穀米ごはん ・夏野菜のひんやり茶わん蒸し ★クリームあんみつ (寒天・黒蜜も手作りで) 
9/10	<ul style="list-style-type: none"> ・イワシの梅煮 (魚の入荷状況にて、変更あり) ・麩どんぶり ・レタスの味噌汁 ・揚げ無花果の黒胡麻ソース ★バナナのモカパルフェ (バナナのアイスデザート)

2018.4.1

*都合により献立が変更になる場合があります。

◇お申し込み・お問い合わせ カルチャースクール ACT (アクト)

☎ 045-472-7633(月~金10~17時) Fax 045-472-7644

体験受講できます お気軽にご参加ください