

## 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 200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

2020.12月~2021.3月

日付	献立
12/14 500円プラス	<p>~クリスマスやお友達との忘年会に手作りのおもてなし~</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ ハンガリー風チキンのパプリカ煮</li> <li>■ ターメリックバターライス・グリーンサラダ</li> <li>■ カマンベールの茶わん蒸し</li> <li>■ バレンシア (オレンジのババロア)</li> </ul> <p>ツリーに飾ろう! クリスマスクッキー</p>
1/18 第3に変更	<p>~やさしい味の、ほっこり中華~</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 肉詰め椎茸の甘酢煮</li> <li>■ いかとセロリのレモンソース</li> <li>■ なめこと大根おろしのピリとろスープ</li> <li>■ 緑豆汁粉 (白玉団子入り)</li> </ul>
2/8	<p>~野菜もたっぷり あったか和食~</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 鯖と豆腐の水菜あんかけ</li> <li>■ 車麩とキャベツの煮物</li> <li>■ セリのご飯</li> <li>■ 苺大福</li> </ul> <div style="text-align: right;">  <p>こんなに美味しい なんて!!</p> </div>
3/8	<p>~ヨーグルトを使って~</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ バターチキンカレー (市販のルーをちょっと使って簡単に)</li> <li>■ チャパティ (全粒粉の平焼きパン)</li> <li>■ きゅうりのクミンサラダ</li> <li>■ マンゴープリン</li> </ul>

\*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