

男の料理塾講座

料理を今まで、ほとんどした事がない・・・自己流で料理をしてきたけれど、基本をしっかり学んでみたい・・・そんな貴方のための、料理教室です。基礎の知識・技術を織り交ぜながらも、美味しく新しい、バラエティーに富んだメニュー作りをしています。

◇受講日 毎月第4日曜日 10:30~12:30

◇場所 新横浜オルタナティブ生活館 4階調理室



◇受講料 2,500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 お手拭 布巾2枚

2022・8~2023・1月



日付	献立
8/28	<p>◆ ピッツア マルゲリ〜タ</p> <p>夏の定番メニュー 1人1枚焼きますヨ</p> 
9/25	<p>◆ マグロの胡麻ダレ漬け丼</p> <p>◆ 小松菜と煮干しの煮びたし</p>
10/23	<p>◆ 豆乳茶わん蒸し</p> <p>◆ おから入り肉団子の甘酢あん</p>
11/27	<p>◆ サーモンのアンチョビソース（オープン焼き）</p> <p>◆ ポテトサラダ</p>
	<p>12月は、お休みとなります</p> 
2023年 1/22	<p>◆ 高野豆腐と三つ葉の卵とじ</p> <p>◆ けんちん汁</p> <p>*鰹と昆布の1番だし・2番だしの取り方</p>

*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