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　　午前クラス　10：30～12：30
　　午後クラス　13：30～15：30

◇場所　　新横浜オルタナティブ生活館　４階調理室

◇受講料　　2,800 円/月　（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

2024・3～

日付	献立
3/24	・鰤の鍋照り焼き　＊魚の入荷によって変更あり ・車麩と春キャベツの煮物　鰹だしの取り方
4/28	日本生まれのパスタ　・スパゲティナポリタン ・きのことベビーリーフのイタリアンサラダ バルサミコドレッシング
5/26	・鶏手羽肉の煮込み　チンゲン菜添え ・なめこのトロミスープ 切り落とした手羽先でスープを
6/23	・豚肉のセージ風味ソテー　ニンニクソース ・茄子とズッキーニのインド風マリネ
7/28	・ゴーヤの韓国風スタミナ丼 ・キャベツとアボカドのナムル風

＊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

◎６月は、５週までございますので、ご注意ください

◎今年は８月２５日・１２月２２日も開講いたします