

## 2022年 相田百合子料理教室

### ワールドワイドな酵母食クッキング

エスニック料理を楽しむ講座。講師菜園野菜、果物&ハーブから起こした自家製酵母、スパイスを使用。自家製豆板醤、魚醤を使い中華、タイ料理等。おうち時間を楽しみながらも世界各国の味を堪能しましょう。

- 日 時: 第3水曜日 10:00~13:00 随時入会可能
- 受講料: 33,500円/6回 他に入会金と講座維持費 200円/月が必要
- 場 所: オルタナティブ生活館 4階調理室
- 講 師: 相田 百合子

回	日 程	講 座 内 容
1	4/20	ワールドポテトクッキング ボルシチ 酔っぱらいポテト ポテト&チョコレートケーキ
2	5/18	インド・スパイスマジック 高野豆腐のサモサ 骨付きチキンカレー 南インドのレモンライス
3	6/15	今日はイタリアンで 小エビと豆の前菜 カジキ詰め物シチリアス風 ティラミス
4	7/20	ベトナム料理 夏野菜カピソースがけ 魚のカレー煮込み 緑豆ごはん
5	9/21	いつもの中華 エビ団子のスープ ジャガイモ皮の羅漢餃子 香港名物ゴマ餡月餅
6	10/19	トルコ料理 羊飼いのサラダ 白隠元豆と牛肉シチュー トルコ独特のロングピザ
7	11/16	アジアンキューゼース ラオスのピーナツサラダ ベトナムのカレー麺 豚バラ肉蓮の葉蒸し
8	12/21	クリスマスはパーティ料理 牡蠣のポタージュ ラザニア 樅ノ木のクリスマスパン
9	1/18	韓国料理も外せない 乾物キムチ 韓国風海苔巻き 牛肉の辛味スープ
10	2/15	インドネシア料理・・現地の主婦に教わりました 鶏肉のスープ インドネシアのミートローフ タチさんのプディング
11	3/15	タイ料理が食べたくなるから 屋台のトムヤムクン タイ料理の定番さつま揚げ タピオカボール

◆持ち物: エプロン、食器用布巾1枚、台布巾1枚、筆記用具

※メニューは都合により変更となる場合がありますのでご了承ください。

※納入された受講料のご返金は原則として致しかねますので予めご了承ください

お申込・お問い合わせ: カルチャースクール アクト 045-472-7633

〒222-0033 横浜市港北区新横浜 2-8-4 オルタナティブ生活館