

家庭料理の基本から学ぶプライベートレッスン（この中から2品を選択して下さい）

和食

肉

鶏肉の照り焼き
チキン南蛮・タルタルソース
鶏肉と里芋の煮物
鶏肉と大根の煮物
鶏肉のみぞれ煮
鶏肉と茄子の南蛮漬け
筑前煮
豚肉の生姜焼き
肉ジャガ
昔ながらの肉豆腐
ハンバーグ・おろしポン酢
ゴーヤチャンプル
アスパラの肉巻き
☆豚肉の角煮

魚介

白身魚のホイル焼き
イカと里芋の煮物
イカと大根の煮物
イワシの梅肉煮
イワシと野菜の南蛮漬け
サバの味噌煮・煮付け
カレイの煮付け
ブリ大根
☆鯛の煮付け
☆ブリの照り焼き

野菜

野菜の炊き合わせ
揚げ出し豆腐のキノコあん
干しエビの野菜炒め
キンピラゴボウ
揚げ茄子の海老銀あん
小松菜の煮浸し
野菜の揚げ浸し
青菜のお浸し
カボチャの煮物
そぼろあんかけ
切り干し大根の煮物
ふるふき大根
ホウレン草の胡麻和え
海老とアボカドの白和え
ひじきの五目煮
オカラの五目煮

汁物

出し汁から取る！
おまかせ味噌汁
シジミ or アサリの味噌汁
豚汁
けんちん汁
かき玉汁
スープカレー
イワシのつみれ汁
☆鯛のお吸い物
無料・出汁をとる・鯉昆布 or 煮干し

卵料理

出し巻き卵
茶碗蒸し
伊達巻き
親子丼

揚げ物

鶏肉の唐揚げ
さっくりかき揚げ
レンコンの挟み揚げ
ジャガイモのコロッケ
豚カツ
メンチカツ

麺飯類

五目炊き込みご飯（炊飯器or土鍋）
ちらし寿司
いなり寿司
カリフォルニアロール
昔ながらのソース焼きそば
普通のカレーライス
鮭で冷や汁
焼きおにぎり
☆手まり寿司
☆細巻き
☆土鍋で鯛めし
☆手打ち蕎麦

サラダ・和え物

豚肉の冷しゃぶサラダ 胡麻ドレ
ジャコとアボカドの豆腐サラダ
切り干し大根のサラダ
ワカメと魚介の酢の物

鰻 or 鰯

鰻フライ・背開き
鰻のさつま揚げ
鰻の竜田揚げ ネギソース
鰻と大葉の揚げ春巻き
鰻の南蛮漬け・バルサミコ
鰻の照り焼き
鰻のチリソース
鰻のガーリックソテートマトソース
鰻をスモークする
鰻のリゼット
鰻のバーニャカウダ
鰻のトマト煮
鰻のアクアパッツア
鰻のペンネアラビアータ
鰻のラグーソースパスタ
鰻と柚子コショウのパスタ
鰻のふりかけ
鰻とヒジキの炊き込みご飯

洋食

肉

鶏肉のカチャトーラ
チキンのハーブソテー
ハンバーグ・トマトソースorデミソース
煮込みハンバーグ
ミートローフ
クリームシチュー
☆ロールキャベツ・コンソメorトマト
☆ビーフシチュー

魚介

海老マカロニグラタン
海老のアヒージョ
☆白身魚のアクアパッツア
☆白身魚の紙包み焼き

野菜

カボナータ
ブロッコリーのペペロンチーノ
バーニャカウダ
ポトフ

麺飯類

アーリオ・オーリオ・ペペロンチーノ
カルボナーラ
ペンネアラビアータ
ボンゴレロツソ or ピアコン
ナポリタン
ミートソース
海老のトマトクリームパスタ
冷製パスタ・明太ソース
チーズリゾット
カボチャのニョッキ
シーフードのドリア
オムライス
生地から作る！ピザ・マルゲリータ
☆パエリア

卵料理

オムライス
スペイン風オムレツ
オムレツ

揚げ物

海老フライ
タルタルソース

サラダ

ポテトサラダ
タラモサラダ
シーザーサラダ

スープ

ピシソワーズ
パンブキンポタージュース
ミネストローネ
クラムチャウダー
オニオングラタンスープ

中華

肉

鶏肉とカシュナツツの炒め物
鶏もも肉で作るチャーシュー
鶏肉と卵のピリ辛煮
ニラとレバーの炒めもの
麻婆豆腐
厚揚げと豚肉のピリ辛煮
茄子と挽肉の甜麺醬炒め煮
ホイコーロー
肉団子の甘酢あんかけ
酢豚・ケチャップ
黒酢の酢豚
玉子とチーズのチリソース
シウ〜！ 中華おこげ
☆牛肉とニンニクの芽のピリ辛炒め
☆牛肉とピーマンの炒め物
☆角切り牛肉のレタス包み

魚介

エビマヨ
海老とアスパラの塩炒め
イカとブロッコリーの明太ソース
☆海老のチリソース
☆魚の蒸し物・黒豆ソース

野菜

青梗菜と揚げ豆腐の塩味炒め
白菜のクリーム煮
茄子のピリ辛炒め
茄子の醤油味なチリソース

麺飯類

おまかせチャーハン
泡雪ふわふわチャーハン
あんかけ焼きそば
焼き or 汁ビーフン
ジャージャー麺
担々麺（温 or 冷）

卵料理

ニラと卵の炒め物
卵とキクラゲの炒め物

揚げ物

油淋鶏
鶏肉の唐揚げ
揚げ春巻き

サラダ

パンバンジー
春雨のサラダ
鶏肉のサラダ
白菜の甘酢

スープ

海老ワンタンスープ
スーラータン

点心

生地から作る！蒸したて肉まん
生地から作る！小籠包
生地から作る！はねつき焼き餃子
焼売

その他の料理

圧力鍋でスパイスチキンカレー
スパイスを調整してキーマカレー
無料・ターメリックライス
豚キムチの炒め物
万能ネギの手チミ
トムヤムクン
グリーンカレー
レッドカレー
マッサマンカレー
生春巻き
☆ブーバットボン・カレー
☆ガバオライス・目玉焼きつき
☆石焼きビビンバ



メニュー



空き状況



予約登録

の料理は材料費別途 +500円となります

2018/7/1 改正