

11月の予定表

| | | 10:30 | 14:00 | 15:00 | 19:00 | 19:30 |
|----|---|-------|-------|-------|-------|-------|
| 7 | 水 | | | | | |
| 8 | 木 | 魚 | | | | 魚 |
| 9 | 金 | | | | 魚 | |
| 10 | 土 | 魚 | | 魚 | | |
| 11 | 日 | 魚 | 魚 | | | |
| 14 | 水 | 毎 | | | 毎 | |
| 15 | 木 | 毎 | | | | 毎 |
| 16 | 金 | | | | 毎 | |
| 17 | 土 | 毎 | | 毎 | | |
| 18 | 日 | 毎 | 毎 | | | |

| | | 10:30 | 14:00 | 15:00 | 19:00 | 19:30 |
|----|---|-------|-------|-------|-------|-------|
| 21 | 水 | テ | | | テ | |
| 22 | 木 | テ | | | | テ |
| 23 | 金 | テ | テ | | | |
| 24 | 土 | テ | | テ | | |
| 25 | 日 | テ | テ | | | |
| 28 | 水 | 覚 | | | 覚 | |
| 29 | 木 | 覚 | | | | 覚 |
| 30 | 金 | | | | 覚 | |
| 1 | 土 | 覚 | | 覚 | | |
| 2 | 日 | 覚 | 覚 | | | |

11月23日(金)は祭日の日程で開講致します。

プレミアムレッスン

各自でさばく！ お魚講座

タイとキノコの炊き込みご飯
タイのレモンバターソテー
タイの唐揚げ うめえなタルタル
タイのつみれで優しい和スープ
とろけるカフェオレプリン



受講される場合は別途で料金をお支払い下さい。

毎日の家庭料理

鶏肉と玉ネギの串焼き・アンチョビ
焼き豆腐のタラコ卵白あんかけ
ひじきとおからの五目豆乳炒め
ジャガイモの味噌汁
食材の保存・取り扱いの説明

今夜はまんまるお月見

お月見口ココモ井
里芋の柚子味噌あん
まあるいお豆のサラダ
まんまるつみれすうぶ
串みたらしだんご

覚えておきたい料理

鰯をさばきます！ 鰯フライ
手羽先と卵のピリ辛煮
レンコンのきんぴら
具だくさん豚汁
簡単スイートポテト

12月の予定表

| | | 10:30 | 14:00 | 15:00 | 19:00 | 19:30 |
|---|---|-------|-------|-------|-------|-------|
| 5 | 水 | 毎 | | | 毎 | |
| 6 | 木 | 毎 | 魚 | | | 毎 |
| 7 | 金 | | | | 毎 | |
| 8 | 土 | 毎 | 魚 | | 毎 | 魚 |
| 9 | 日 | 毎 | 魚 | 毎 | 魚 | |

| | | 10:30 | 14:00 | 15:00 | 19:00 | 19:30 |
|----|---|-------|-------|-------|-------|-------|
| 12 | 水 | テ | | | テ | |
| 13 | 木 | テ | | | | テ |
| 14 | 金 | | | | テ | |
| 15 | 土 | テ | | テ | | |
| 16 | 日 | テ | テ | | | |
| 19 | 水 | 覚 | | | 覚 | |
| 20 | 木 | 覚 | | | | 覚 |
| 21 | 金 | | | | 覚 | |
| 22 | 土 | 覚 | | 覚 | | |
| 23 | 日 | 覚 | 覚 | | | |

今年の授業は12月23日(日)で終了となります。

プレミアムレッスン

各自でさばく！ お魚講座

焼きイワシの石焼きビビンバ
イワシとワカメの韓国風スープ
イワシと冬野菜のマリネ
イワシのコーリーチン風
ヨーグルトムース



受講される場合は別途で料金をお支払い下さい。

毎日の家庭料理

白身魚の湯豆腐
各自でスキヤキ鍋
切り干し大根のサラダ
圧力鍋で作る！白玉ぜんざい
食材の保存・取り扱いの説明

昔ながらのおせち料理

筑前煮
伊達巻き
栗きんとん
紅白なます
サーモンの昆布巻き
紅白餅団子の蒸し物

覚えておきたい料理

生地から作る！
蒸したて肉まん＆花捲
牛肉とニンニクの芽のピリ辛炒め
鶏肉の唐揚げ・おろしダレ
野菜の旨み！ ポトフ



メニュー



空き状況



予約登録