

料理教室カリキュラム

2018年10月～2019年3月

(火 19:00～21:00・木土 10:30～12:30・金 18:00～20:00)



| 月 | 日にち | 内容 | ページ | 月 | 日にち | 内容 | ページ |
|-----|--------------------------------------|-------------------------|-------|----|--------------------------------------|----------------------|-------|
| 10月 | 2日(火) 4日(木) 5日(金) 6日(土) | フライパンの 火加減の調節の仕方 | | 1月 | 8日(火) 10日(木) 11日(金) 12日(土) | 夜食におすすめの料理 | |
| | | かぼちゃのコロッケ | プリント | | | カうどん | プリント |
| | | クラムチャウダー | 西洋51 | | | ととまる | プリント |
| | | 魚のムニエル | 西洋56 | | | 焼きしめじと春菊の酢の物 | 日本110 |
| | | | | | | | |
| | 16日(火) 18日(木) 19日(金) 20日(土) | 秋の味覚料理 | | | 22日(火) 24日(木) 25日(金) 26日(土) | 寒い冬にぴったりの 体が温まる料理 | |
| | | さつまいもごはん | プリント | | | 豚ばら肉と大根の煮物 | 中国60 |
| | | こんにゃくのみそ炒め煮 | 日本86 | | | 生姜が香る鶏そぼろ炒飯 | プリント |
| | | 柿なます | プリント | | | 蟹入りかき玉スープ | 中国94 |
| | | のっぺい汁 | 日本37 | | | | |
| 11月 | 6日(火) 8日(木) 9日(金) 10日(土) | 巻きずしの巻き方を マスターしよう | | 2月 | 5日(火) 7日(木) 8日(金) 9日(土) | オムレツの上手な作り方 | |
| | | 白菜のミルフィーユ鍋 | プリント | | | きのこのクリームスパゲッティ | プリント |
| | | 太巻き寿司 | 日本140 | | | ミートオムレツ | プリント |
| | | 鮭の菊花和え | 日本116 | | | チョコレートムース | プリント |
| | | | | | | | |
| | 20日(火) 22日(木) 30日(金) 24日(土) | カラフルな色合いのサラ ダとサンドイッチ | | | 19日(火) 21日(木) 22日(金) 16日(土) | ひな祭り料理 | |
| | | わんぱくサンドイッチ | プリント | | | 鶏肉のアーモンド揚げ | プリント |
| | | かぶのスープ | プリント | | | はまぐり寿司 | プリント |
| | | チョップドサラダ | プリント | | | なめこの味噌汁 | 日本35 |
| | | | | | | 道明寺の桜もち | プリント |
| 12月 | 4日(火) 6日(木) 7日(金) 1日(土) | 富山の郷土料理 | | 3月 | 5日(火) 7日(木) 8日(金) 9日(土) | ラーメンの おいしい作り方 | |
| | | 里芋の田楽 | プリント | | | 担々麺 | 中国102 |
| | | バイ貝のうま煮 | プリント | | | 豚肉と豆もやしの山椒醤油 | 中国23 |
| | | べっこう(ゆびす) | プリント | | | さつまいもとりんごの春巻き | プリント |
| | | いろとり | プリント | | | | |
| | 18日(火) 20日(木) 21日(金) 15日(土) | クリスマス料理 | | | 26日(火) 28日(木) 29日(金) 30日(土) | 魚のおいしい煮方 | |
| | | 豚ヒレ肉のベーコン巻きステーキ | プリント | | | 魚の煮つけ | 日本61 |
| | | クリスマスツリーのポテトサラダ | プリント | | | 鶏肉と夏みかんの酢の物 | 日本109 |
| | | カオマンガイ(タイ風蒸し鶏ライス) | プリント | | | 信田巻き | プリント |
| | | たらのトマトスープ | プリント | | | | |

※都合により変更する場合があります。