

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
Kitchen Sommelier COOKING SCHOOL			お電話で予約受付中 ☎ 06-6538-0880			
	1 K L ①②③④		2 K L ①②③④	3 K L ①②③	4 K L ①②③④	
5 M N ①②③	6 M N ①②③④	7 M N ①②⑤	8 M N ①②③⑤	9 M N ①②③⑤	10 M N ①②⑤	11 M N ①②③④
12 P ①②③	13 P ①②⑤	14 P ①②⑤	15 P ①②③⑤	16 P ①②③⑤	17 P ①②⑤	18 P ①②③④⑤
19 Q ①②③④⑤	20 Q ①②⑤	21 Q ①②⑤	22 Q ①②③⑤	23 Q ①②③⑤	24 Q ⑤	25 Q ①②③④⑤
26 S T ①②③④⑤	27 S T ①②⑤	28 S T ①②⑤	29 S T ①②③⑤	30 S T ①②③⑤	31 S T ①②⑤	

都合により開催していない場合がございます。ご了承くださいませ。 時間帯：①11：00～ ②13：00～ ③15：00～ ④17：00～ ⑤19：00～

※【包丁】【焼き物】【炒め物】【煮物】の4つの理論レッスンは毎週随時開催しております。

詳しい日程はウェブ上のレッスンカレンダーもしくは受付でご確認くださいませ。



### K 肉の下ごしらえ

- ・青椒肉絲 (チンジャオロース)
- ・酸辣湯 (サンラータン)



### L パン粉を使った揚げ物

- ・コロッケ
- ・ポーチドエッグのシーザーサラダ



### M 調味料の「さしすせそ」

- ・肉じゃが
- ・きんぴらごぼう
- ・お味噌汁



### N ひき肉料理のコツ

- ・ハンバーグ
- ・オニオングラタンスープ



### P 失敗しない蒸し方

- ・茶碗蒸し
- ・カレーの煮付け



### Q ホワイトソース作りのコツ

- ・クリームシチュー
- ・野菜の香草パン粉焼き



### S 餃子の包み方

- ・麻婆茄子 (マーボナス)
- ・焼き餃子
- ・スープ餃子



### T ふわふわオムレツの作り方

- ・オムライス
- ・カニときゅうりのサラダ