

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
Kitchen Sommelier COOKING SCHOOL		お電話で予約受付中 ☎06-6538-0880				1 ★1day特別レッスンa①
2	3 ■シェフズb & x 師弟対決 ①	4	5	6 ★基礎NEXT-d①	7 ★オーガニックb①	8 ■シェフズr①
9 ■シェフズf①②	10 ★改善ごはん ①③	11 ★ピオ・マルシェイベント ①	12	13 ★オーガニックa①	14 ■ブレッド①	15 ★基礎NEXT-d① ★ワイン②
16 ■ブレッド①	17	18 ★1day特別レッスンa①	19 ★1day特別レッスンb①	20 ★基礎NEXT-d③	21	22 ★改善ごはん ①
23 ★オーガニックa①	24 ■スイーツb 10:00～ ★1day特別レッスンb 14:00～	25	26 ★お味噌手作り教室 11:00～	27 ★1day特別レッスンa③	28	29
30	31					

時間帯： ①11:00-13:30 ②15:00-17:30 ③19:00-21:30



冬の味覚、蟹に挑む! 中国料理 師弟対決

シェフズb 金城 保夫 先生 シェフズx 野上 博文 先生
 ・三度豆と蟹肉の干し海老和え ・香菜と蟹のサラダ 北京風
 ・蟹肉の淡雪煮 ・蟹肉のライスバー巻き
 ・蟹爪のフライ ・蟹チャーハン スープとともに

※レッスン料金：フリーセレクトチケット+1,000円
 ※会員様が現金でご受講の場合：6,000円
 ※ピジター料金：7,000円



1day特別レッスンa 宮田 真子 先生

おめかしおせち
 ・サーモンの押し寿司
 ・鶏肉と蓮根の甘酢炒め
 ・福さ卵
 ・えびのはんぺんボール
 ・豚肉の昆布巻
 ・二色きんとん
 ・紅白スライパウル*お持ち帰りあり

※ピジター料金：6,000円(体験レッスン料金対象外)
 ※会員様が現金でご受講の場合：5,000円



シェフズf 卜部 吉恵 先生

・牛肉の八幡巻き
 ・海老の艶煮
 ・床ぶしのうま煮
 ・伊達巻
 ・たたきごぼう
 ・鶏松風
 ・ちらし寿司



1day特別レッスンb 井手 美加 先生

今年はゴージャスクリスマス!!
 ・パリッとジューシーローストチキン
 ・冬野菜のエチュペ(蒸し煮)

※ローストチキン丸ごと1羽分お持ち帰り(試食もあり)
 ※レッスン料金：フリーセレクトチケット+1,000円
 ※ピジター料金：7,000円
 ※会員様が現金でご受講の場合：6,000円



シェフズr 高島 稔 先生

・甘鯛 雑煮
 ・鯛燕
 ・鶏の鉄焼き
 ・田作り



ピオ・マルシェイベント 吉田 より子 先生

暮らしのまんなかにオーガニックのクックを
 ピオ・マルシェで作るブレッドのドーナツを
 ・野菜ミックスジュースを作る ・ポテトサラダ
 ・国産小麦のふんわり出し巻きサンドと ・ドーナツ
 ・鶏肉ジンジャー照り焼きサンド ・サンド
 ・カジキマグロの濃い出汁スープ ・スープ
 ・無添加パンケーキの甘酒ホイップがけ

※ピジター料金：6,000円(体験レッスン対象外)
 ※ピオ・マルシェ会員様およびキッチンソムリエ会員様が現金でご受講の場合：5,000円



オーガニックa 吉田 より子 先生

・焼きスペアリブのシーザーアボカドドレッシング
 ・かにみそ入り海老グラタン
 ・キャベツの温白ゆず胡椒スープ
 ・米粉でAppleキャラメルタタン 乳製品、卵、小麦粉zero



基礎NEXT-d

技ありとるとるカルボナーラ
 ・カルボナーラ
 ・イワシのペッカフィーコ
 ・パプリカのマリネ
 ・キノコのクロスティニ
 ・マンゴーのパナコッタ

※体験レッスン対象外



オーガニックb 吉田 より子 先生

・手づくりゆず塩で食べる エビと豆腐の春巻き
 ・パセリバターのせるだけ 鮭のホイル焼き
 ・餅鶏のボン酢炒め
 ・くたくたキャベツの塩スープ
 ・りんごあんのパンケーキ包み



お悩み解決! 改善ごはん 森田 栄理 先生

アンチエイジング白い薬膳
 ・肉団子と銀耳の豆乳煮
 ・セリと貝柱の和え物
 ・海松子ご飯
 ・かぼちゃのシナモン茶巾

※ピジター料金：6,000円
 ※会員様が現金でご受講の場合：5,000円



ブレッド Kiyomi 先生

・リースパン
 *お持ち帰り1コ分
 ・クリスマスのアイシングクッキー
 *お持ち帰り6コ分
 ・ひえとブロッコリーのポターージュ



お味噌手作り教室 森田 栄理 先生

試食：お味噌汁・肉味噌(野菜など)
 お持ち帰り：お味噌約2.4kg
 *容器はご用意致します。
 *食べ頃は6~7ヶ月後です。

※ピジター料金：6,000円(体験レッスン料金対象外)
 ※会員様が現金でご受講の場合：5,000円



スイーツb 水越 潤太郎 先生

・赤いベリーとショコラのピュッシュドノエル
 *お持ち帰り 直径約9~11・長さ18cm1台分

※ピジター料金：6,000円
 ※会員様が現金でご受講の場合：5,000円

Kitchen Sommelier
COOKING SCHOOL

スマホでカンタン予約!

http://www.kitchen-sommelier.jp/calendar/

