

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

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～



### K 肉の下ごしらえ

- ・青椒肉絲 (チンジャオオロス)
- ・酸辣湯 (サンラータン)



### L パン粉を使った揚げ物

- ・コロケ
- ・ポーチドエッグのシーザーサラダ



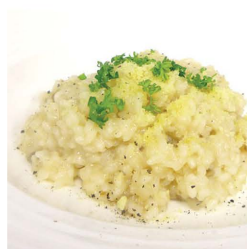
### M 調味料の「さしすせそ」

- ・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



### O トマトの湯むき

- ・バルマ風リゾット
- ・カポナータ



### 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



### R 基本のトマトソース

- ・ポークソテー トマトソース掛け
- ・ほうれん草ときのこのキッシュ