

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



### G 素材の下ごしらえ

- ・さばの味噌煮
- ・かぼちゃのそぼろあんかけ



### H 色々な切り方

- ・八宝菜
- ・粟米湯（スーミータン）



### I 無添加 手作りマヨネーズ

- ・ロールキャベツ
- ・手作りマヨネーズの角切りサラダ



### 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
- ・カレイの煮付け