

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1	2	3	4	5 M N ①⑤	6 M N ①⑤	7 M N ①②
8 O煮 P ①②	9 O煮 P ①②	10 O煮 P ①⑤	11 O煮 P ①⑤	12 O煮 P ①⑤	13 O煮 P ①⑤	14 O煮 P ①②
15 Q R焼 ①②	16 Q R焼 ①⑤	17 Q R焼 ①⑤	18 Q R焼 ①⑤	19 Q R焼 ①⑤	20 Q R焼 ①⑤	21 Q R焼 ①②
22 S T ①②	23 S T ①⑤	24 S T ①⑤	25 S T ①⑤	26 S T ①⑤	27 S T ①⑤	28 S T ①②
29 H V ①②	30 H V ①⑤	31 H V ①⑤			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。

①11:00~ ②13:30~ ③16:00~ ⑤19:00~



### M 調味料の「さしすせそ」

- ・肉じゃが
- ・白和え



### 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



### 煮物 理論ベース実習

- ・五目豆
- ・五目カレーライス



### 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



### 焼き物 理論ベース実習

- ・牛ステーキ
- ・焼き野菜のマリネ



### S 餃子の包み方

- ・麻婆豆腐
- ・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
- ・野菜スープ



### H 色々な切り方

- ・八宝菜
- ・粟米湯 (スーミータン)



### V 魚の三枚おろし

- ・アジのオープン焼き
- ・トマトとパセリのブルスケッタ