

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
			1 H V ①⑤	2 H V ①⑤	3 H V ①⑤	4 H V ①②
5 A B ①②	6 A B ①⑤	7 A B ①⑤	8 A B ①⑤	9 A B ①⑤	10 A B ①⑤	11 A B ①②
12 C D ①②	13 C D ①⑤	14 C D ①⑤	15 C D ①⑤	16 C D ①⑤	17 C D ①⑤	18 C D ①②
19 E包 F ①②	20 E包 F ①⑤	21 E包 F ①⑤	22 E包 F ①⑤	23 E包 F ①②	24 E包 F ①⑤	25 E包 F ①②
26 I J炒 ①②	27 I J炒 ①⑤	28 I J炒 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~



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



A 味付けの黄金比

- ・ぶりの照り焼き
- ・筑前煮



B 旨味を引き出す火加減・炒め方

- ・エビのチリソース煮
- ・レタス炒飯



C 包丁トレーニング

- ・スパゲッティミートソース
- ・シーザーサラダ



D 正しいだしのとり方

- ・あじの塩焼き
- ・炊き込みご飯
- ・お吸い物



包丁 理論ベース実習

- ・豚しゃぶサラダ 玉ねぎドレッシング
- ・野菜味噌汁
- ・浅漬け



F 手作りソース・ドレッシング

- ・サーモンムニエル タルタルソース
- ・手作りドレッシングのサラダ
- ・ミネストローネ



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



炒め物 理論ベース実習

- ・野菜炒め
- ・玉子スープ