

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
Kitchen Sommelier COOKING SCHOOL	お電話で予約受付中					
	☎ 06-6538-0880					
2 ■スイーツb①②	3	4	5 ★オーガニックb①	6 ★1day特別レッスンa①	7	8 ★オーガニックa①②
9	10	11 ★オーガニックa①	12 ★1day特別レッスンa③	13	14 ■シェフズv③	15 ■シェフズr①②
16	17 ■シェフズi①③	18	19	20 ■家庭料理①	21	22 ★お味噌手作り教室 11:00~ ★カベルネ・ソーヴィニヨン ②
23 ■シェフズf①②	24 ■シェフズo③	25	26	27 ■プロフェッショナルd 11:00~	28	29
30 ★1day特別レッスンa①	31 ■シェフズx①③					

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



シェフズf 卜部 吉恵 先生
 ・湯葉ソーセージ
 ・秋の味覚 焼き込みご飯
 ・秋の具だくさん けんちん汁



家庭料理 百寿 先生
 ・ハーブの香る鯛の塩釜焼き
 ・鶏もも肉のトマト煮
 ・いろいろきのこのガーリックソテー
 ・アリオリポテト



シェフズi 田畑 昇 先生
 ・マッシュルームと生ハムのクロックムッシュ
 ・甘鯛のウロコカリカリ焼き カブの煮込み添え
 ・紅玉リンゴのキャラメリゼ ミルフィーユ仕立て



スイーツb 水越 潤太郎 先生
 ・カルディナルマロン(ウィーン菓子風)
 ＊お持ち帰り 1台分



シェフズo 南 保次 先生
 ・サンマと焼き野菜のマリネ
 ・色々きのことドライポルチーニの
 クリームソース タリアテッレ
 ・スパイスを効かせたスペアリブと
 かぼちゃのオープン焼き



オーガニックa 吉田 より子 先生
 ・アボカドパセリソースで食べる塩鯖のソテー
 焼き干しズッキーニ添え
 ・秋の幸福巻き
 ・うちのアメリカンドック
 ・柿と甘栗のピーナツクープ



シェフズr 高島 稔 先生
 ・戻り鯉 叩き
 ・菊菜 菊花お浸し
 ・栗ごはん



オーガニックb 吉田 より子 先生
 パン弁当でピクニック
 ・こねないパン
 ・鶏胸肉の白ごまバジルソテー
 ・スモークチーズ蓮根
 ・エビとキャベツのレモンうの花
 ・カルシウムおやき
 ・さつまいもごぼうのきなことポタージュ
 ・もっちりスイートパンフキン



シェフズv 横山 淳 先生
 ・サルピコン・デ・マリスコス 海の幸と
 野菜の角切りサラダ
 ・ツナのエンパナティージャ ツナの揚げパイ
 ・鱈のビルビル 鱈のオイル煮



1day特別レッスンa 宮田 真子 先生
 1週間案でできる“絶対使える”作り置きメニュー
 ・豚肉の紅茶煮
 ・秋鮭とレンコンのアヒージョ
 ・もやしときゅうりのゴマ味噌酢和え
 ・鶏むね肉のトロトロ梅ごころも
 ・さつまいものレモン煮
 ・いろいろきのこのおかずなめ茸
 ※ピジナール料金：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：3,500円



シェフズx 野上 博文 先生
 ・烏賊の辣鮮王ソース炒め
 ・湖南の名産マコモタケの牛肉巻き
 ・熱々胡桃のお汁粉



プロフェッショナルd 良本 忠烈 先生
 ジャパンバリスタチャンピオンシップ認定審査員でもある
 プロの先生からコーヒーの淹れ方を学び、
 実際に2種のコーヒー豆を抽出して
 テイスティングしていただきます。
 ※コーヒーに合わせて軽食つき。
 ※ピジナール料金：4,500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：3,500円