

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
Kitchen Sommelier COOKING SCHOOL	お電話で予約受付中 ☎ 06-6538-0880					1 ★梅干しイベント 11:00~
	2 ★1day特別レッスンa①	3 ■シェフズe①③	4	5 ★オーガニックb①	6	7
9	10 ■シェフズx①③	11 ★1day特別レッスンa③	12 ★改善ごはん①	13 ★オーガニックa①	14	15 ★オーガニックa①②
16	17	18	19 ■家庭料理①	20 ■シェフズb①③	21	22 ■スイーツb①②
23 ■シェフズf①②	24 ■シェフズi①③	25	26	27 ★1day特別レッスンa①	28	29 ★改善ごはん① ★ワイン② その他の品種
30 ■シェフズv①	31					

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



**シェフズb 金城 保夫 先生**

- ・蒸し鶏の葱生姜ソース
- ・豆乳入り冷やし担担麵
- ・アサイーココナッツミルク



**家庭料理 百寿 先生**

- ・合挽き肉と豆腐のふわふわ胡麻団子
- ・夏野菜の揚げ浸し
- ・鶏ささ身とセロリの胡麻ドレサラダ



**シェフズe 福田 庸平 先生**

- ・豚フィレ肉のソテー ゆで卵のソース
- ・毛馬きゅうりとフルーツマトの冷製パスタ
- ・クレーム・キャラメル



**スイーツb 水越 潤太郎 先生**

- 水越パティシエに習う Basic Sweets 6
- ・サクサクのタルト生地! フルーツタルト
- ※お持ち帰り 直径12cm 1台分

※会員様が現金でご受講の場合：5,000円



**シェフズf 卜部 吉恵 先生**

- ・鱧なべ
- ・ネバネバ餃子
- ・冷やしトマト 夏野菜胡麻クリーム和え



**オーガニックa 吉田 より子 先生**

- ・ジャージャー胡麻担々麵
- ・白いココナッツマーボー
- ・なすナムル とろろがけ
- ・焦がし黒糖蜜のずんだくるみ餅
- ・フレッシュパインオレンジスパークリング



**シェフズi 田畑 昇 先生**

- ・マグロとアボカドのタルタルサラダ仕立て
- ・鴨胸肉のロースト じゃがいものソテー添え
- ・桃のコンポート 白ワイン風味



**オーガニックb 吉田 より子 先生**

- ・饅じゃないけど饅の蒲焼き
- ・もちりりポテトサケット
- ・簡単どて煮
- ・枝豆餡のココナッツわらび餅



**シェフズr 高島 稔 先生**

- ・七夕素麺
- ・小芋 旨煮
- ・とうもろこし かき揚げ



**1day特別レッスンa 井手 美加 先生**

- アペロ(食前酒)に合う! サマーフレンチ
- ・リヨン風クネル アメリカーナソース
- ・夏野菜と魚介のサラダ
- ・さわやか桃のスープ
- ・ビュニユ(リヨン郷土菓子)

※おすすめワインとのテイスタング有。  
ワイン用ぶどうジュース(シリアルコール)への変更も可。  
※ビジター料金：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：5,000円



**シェフズv 横山 淳 先生**

- ・自家製レーズンバター
- ・海の幸のサラダ
- ・簡単!ミートソース スパゲッティ



**お悩み解決! 改善ごはん 森田 栄理 先生**

- 夏バテしない補気血薬膳
- ・紋甲いかときゅうりの炒めもの
- ・空芯菜と金針菜の和えもの
- ・トウモロコシご飯
- ・豆腐白玉のずんだ餡あえ

※ビジター料金：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：5,000円



**シェフズx 野上 博文 先生**

- ・牛ロース肉と季節の野菜の炒め
- レタスカップとともに
- ・あつあつ天津飯
- ・フルーツの金木犀ゼリー



**白干し梅ぼし手作り教室 森田 栄理 先生**

- ・お持ち帰り：梅ぼし(南高梅約1kg分)
- ・完熟黄梅ジャム 1瓶

※ビジター料金：5,500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：5,000円