



# Kitchen Sommelier COOKING SCHOOL

## 2020年11月

キッチンソムリエ  
クッキングスクールへの  
ご予約・お問合せ

### 06-6538-0880



**オーガニックb** | 今日も明日も作りたいたいお弁当

**[4回]**

- ・だし唐揚げ
- ・鮭の磯辺焼き
- ・花巻き卵
- ・かぼちゃバーグ
- ・にんじんたらこ
- ・ふりかけセロリ
- ・金時豆のもち麦ごはん
- ・ラ・フランスフラン

**Point!**  
・常備菜の作り方と保存方法

講師 吉田 より子 先生 (料理研究家)

会費 or 5,600円(税5,610円) 5,600円(税6,160円)



**基礎NEXT-b** | 身近な食材でおもてなし料理

**[7回]**

- ・ブルーチーズとキノコのグラタン
- ・グレープフルーツとホタテのスパイス焼きサラダ
- ・りんごと人参のジャムのブルスケッタ仕立て
- ・ジンジャーハニーレモネード

**Point!**  
・ベシャメルソースとドレッシングの基本とアレンジ

講師 川口 佐知己 先生 (キッチンソムリエ講師)

会費 or 5,600円(税5,610円) 6,500円(税7,150円)



**スタンダードスイーツ** | エクレール2種(フリュイ・ルージュ, モンブラン)

**[8回10:30~] [12回10:30~] [25回10:30~]**

- ・エクレール2種 (フリュイ・ルージュ, モンブラン)
- ※お持ち帰り:2種×各3コ
- ※ご試食あり

**Point!**  
・シュー生地のアレンジ  
・カスタードクリームの作り方

講師 淋 亜紀 先生 (キッチンソムリエ講師)

会費 or 5,600円(税5,610円) 6,500円(税7,150円)



**1Day レッスンa** | 今年はおうちでちそうクリスマス

**[3回]**  
**[11回]**

- ・チキンチーズポークロール 焼きデミグラス
- ・ガーリッククリームパイ焼き
- ・ブーケサラダ レモンドレッシング
- ・生チョコプリン

**Point!**  
・手軽にオープン調理でちそうメニュー

講師 小林 咲子 先生 (キッチンソムリエ講師)

会費 or 5,100円(税5,610円) 5,600円(税6,160円)



**日本料理** | 秋のご飯の炊き方

**[15回]**

- ・秋の炊き込みご飯
- ・豆乳クリームの蟹入りパイ包み焼
- ・里芋饅頭

**Point!**  
・鍋のご飯の炊き方

講師 卜部 吉恵 先生 (和旬 撫子)

会費 or 5,600円(税5,610円) 6,500円(税7,150円)



**お味噌手作り教室** | 日本の伝統ある万能調味料を手作りしませんか?

**[17回]**

- ※ご試食:お味噌汁・肉味噌(野菜など)
- ※お持ち帰り:お味噌2.4kg
- ※容器はご用意致します。
- ※食べ頃は6~7ヶ月後です。

**Point!**  
・大豆の下ごしらえ  
・お味噌の仕込み方

講師 森田 栄理 先生 (国際中医薬膳管理師)

会費 or 5,100円(税5,610円) 6,000円(税6,600円)  
※会員様のご紹介 5,600円(税6,160円)



**Vol.5 「ビオ・マルシェの宅配」コラボイベント**

**プロテインの取り方で、体が変わる!**

**[20回]**  
**[21回10:00~]**

- ・スンドゥブ
- ・キンパブ
- ・チョレギサラダ
- ・マッコリブランマンジェ

**Point!**  
・韓国料理の味のまとめ方

講師 吉田 より子 先生 (料理研究家)

ビオ・マルシェ会員様 5,100円(税5,610円) 会費 or 5,100円(税5,610円) 5,600円(税6,160円)



**カフェ** | ヘルシー・アジア エスニック!!!

**[28回10:00~]**

- ・ガパオライス
- ・ヤムウンセン(春雨のエスニックサラダ)
- ・ゴイクン(エビの生春巻き)
- ・杏仁豆腐とタピオカ
- ※万能エスニックソースのお持ち帰り有

**Point!**  
・万能エスニックソースを作って手軽にお家でおもてなしアジア♪

講師 丸山 卓 先生 (鉄板焼きとワインCOCOLO)

会費 or 5,600円(税5,610円) 6,500円(税7,150円)



**1Day レッスンb** | 発酵食品で秋色ごはん

**[29回]**  
**[30回]**

- ・彩り野菜とさんまの竜田揚げ ~すだち香る甘麹醤油~
- ・タコと秋野菜のヨーグルト和え
- ・きのこ味噌焼きおにぎりのチーズ茶漬け
- ・蓮根と甘麹の冷やし汁粉

**Point!**  
・発酵食品の取り入れ方  
・さんまの調理法  
・水切りヨーグルトの使い方

講師 楠 夕紀 先生 (キッチンソムリエ講師)

会費 or 5,600円(税5,610円) 6,500円(税7,150円)

November 2020	
1日	
2日	
3日	火 1day レッスン a ①
4日	水 オーガニック b ①
5日	木
6日	金
7日	土 基礎 NEXT-b ①
8日	日 スタンダードスイーツ 10:30~
9日	
10日	火
11日	水 1day レッスン a ①③
12日	木 スタンダードスイーツ 10:30~
13日	金
14日	土
15日	日 日本料理 ①
16日	
17日	火 お味噌手作り教室 ①
18日	水
19日	木
20日	金 ビオ・マルシェイベント ①
21日	土 ビオ・マルシェイベント 10:00~
22日	日
23日	月
24日	火
25日	水 スタンダードスイーツ 10:30~
26日	木
27日	金
28日	土 カフェ 10:00~
29日	日 1day レッスン b ①
30日	月 1day レッスン b ①

■価格表記部分の記号は以下を表しています。  
 会 会員様    B ビジター様    C チケット(フリーセレクトチケット・プレゼントチケット・トライアルチケットが使えます。)  
 ※日程・メニューは変更になる場合がございます。  
 ※アルコール付きのレッスンについては、アルコールが苦手な方はソフトドリンクをお選びいただけます。

キッチンソムリエクッキングスクール    ご予約お問合せ    06-6538-0880 受付/11:00~19:00    http://www.kitchen-sommelier.jp/calendar/ 受付/24時間 ※メンテナンス時を除く

①②③の記号は開講時間です。  
 ① 11:00~  
 ② 15:00~  
 ③ 19:00~