



3回 ①
11日 木・祝 ①



講師
川口 佐知己先生
(キッチンソムリエ講師)

1Day レッスンb バレンタインの定番スイーツをマスターしましょう～

・ガトーショコラ ※お持ち帰り:直径12cm1台
・絞り出しクッキー ※お持ち帰り:1人10枚程

Point!
・メレンゲ生地扱い方
・絞り袋の使い方

会 ⑦ or 5,600円(税6,160円) ⑧ 6,500円(税7,150円)

発酵料理×冬野菜とワインのペアリング



5回 ③

講師
中島 亨先生
(エノテカ株式会社)
■(社)日本ソムリエ協会認定 ソムリエ
■チーズプロフェッショナル協会認定 チーズプロフェッショナル

講師
丸山 卓先生
(鉄板焼とワインCOCOLO)

ワインのプロに習うワイン講座 「おうちパーティー」 エノテカ×丸山卓先生

・冬野菜のアリゴ風グラタン
・アボカドとキノコの豆乳味噌リゾット
・塩麹でマリネしたカブのカルパッチョ
・イチゴで生チョコトリュフの『シメパフェ』

※ワインとのペアリングをお楽しみください。
※お料理は少しずつの1プレート盛りです。
※ご試食のみで実習はございません。
※画像はイメージです。

Point! ・ワイン4種をテイस्टィングしながら、
ワインについての知識を学びます。

会 ⑦ or 5,100円(税5,610円) ⑧ 5,600円(税6,160円)



7回 ①
10日 木 ①



講師
尾畑 有香先生
(キッチンソムリエ講師)

NEW!! 1Day レッスンa シンプル調理でござらういっぱい! 冬のおもてなし

・手作り塩麹のバジルソースパスタ
・チキンのカチャトラ煮
・トマトのピネガー和え
・ゴールドンキウイのアールグレイマリネ
・ボンテケーキ ※お持ち帰り:約3コ

Point!
・簡単!
本格手作りバジルソースが学べる!
・混ぜて焼くだけ♪
ボンテケーキの作り方

会 ⑦ or 5,600円(税6,160円) ⑧ 6,500円(税7,150円)

☆1日分の野菜接種目標量 350gが摂れます♪
☆キッチンソムリエ特製野菜 Juice 付き♪



13日 ①
15日 ①



講師
宮田 真子先生
(キッチンソムリエ講師)

NEW!! 糖質オフシリーズ 第一弾 ～カラダが喜ぶ 今日のおいしい健康ごはん～

・バジル粉豆腐のチキンカツ ・パプリカとツナのマリネ
・ししとう黒ごま塩和え
・ブロッコリーのアマニサラダ
・トマトのみそスープ
・ソムリエ特製 野菜Juice

Point!
・健康においしく食べれる
野菜中心の健康ごはんを
提案します。

会 ⑦ or 5,600円(税6,160円) ⑧ 6,500円(税7,150円)



28回 ①



講師
南 次次先生
(イタリア料理 MINAMI)

イタリアン 洗練された華やかな本格イタリアン

・鯛と新じゃがのトルティーノ
・米ナスのパルミジャーナ
・軽いトマト風味のカルボナーラ ペンネ

Point!
・シンプルながらプロのコツが
満載・生クリームを使わず、
コクのあるカルボナーラのコツ

会 ⑦ or 5,600円(税6,160円) ⑧ 6,500円(税7,150円)



23日 ① 10:00～
24日 ①



講師
吉田 より子先生
(料理研究家)

オーガニックa 魚介の旨味の重ね方

・イカスマイパスタ
・ロールカキフライ
・春キャベツとあさりのスープ
・サバのエスカベッシュ
・ブルーチーズケーキ

Point!
・固くならないイカと
牡蠣の火入れの仕方

会 ⑦ or 5,600円(税6,160円) ⑧ 6,500円(税7,150円)



21回 ①



講師
ト部 吉恵先生
(和旬 撫子)

日本料理 メインになる簡単おかず

・鶏手羽変わり照り焼き
・蕪田楽
・梅チャーハン

Point!
・バラバラチャーハンの作り方

会 ⑦ or 5,600円(税6,160円) ⑧ 6,500円(税7,150円)



17回 ①



講師
森田 栄理先生
(国際中医薬膳管理師)

お味噌手作り教室《リニューアル》 日本の伝統ある万能調味料を手作りしませんか?

多くの方に手作り味噌を挑戦して頂く為、
定員を増やして気軽に作れる分量に変更しました。
※試食:お味噌汁・肉味噌(野菜など)
※お持ち帰り:お味噌1kg
※容器はご持参下さい。
※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

会 ⑦ or 4,200円(税4,620円) ⑧ 5,200円(税5,720円)
※会員様のご紹介 4,700円(税5,170円)



19回 ①



講師
丸山 卓先生
(鉄板焼とワインCOCOLO)

カフェ 体にやさしい冬のお野菜たっぷりメニュー

・冬野菜のアリゴ風グラタン
・アボカドとキノコの豆乳リゾット
・カブのカルパッチョ
・イチゴと生チョコトリュフの『シメパフェ』

Point!
・旬の野菜を使って
前菜からデザートまでの
ごちそうメニューを
学べます。

会 ⑦ or 5,600円(税6,160円) ⑧ 6,500円(税7,150円)

1月

2火

3水 1day レッスンb ①

4木

5金 ワイン講座 ③

6土

7日 1day レッスンa ①

8月

9火

10水 1day レッスンa ①

11木 1day レッスンb ①

12金

13土 糖質オフシリーズ ①

14日

15月 糖質オフシリーズ ①

16火

17水 お味噌手作り教室
《リニューアル》10:00～

18木

19金 カフェ ①

20土

21日 日本料理 ①

22月

23火 オーガニック a 10:00～

24水 オーガニック a ①

25木

26金

27土

28日 イタリアン ①

①②③の記号は開講時間です。

① 11:00～

② 15:00～

③ 19:00～

■価格表記部分の記号は以下を表しています。

会 会員様 ⑧ ビジター様 ⑦ 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

