



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？

5 日 10:00～

Point

- ・大豆の下ごしらえ
- ・お味噌の仕込み方

Menu

ご試食：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。

講師
吉田より子先生
(料理研究家)

会 ㊦ or ㊧ 4,920円 ㊨ 5,980円



バレンタイン | 大人の贅沢 生チョコサンド

11 日 10:00～

Point

- ・チョコレートの扱い方

Menu

- ・とろけるキャラメル生チョコサンド
- ・紅茶とベリーの生チョコサンド
- ・オレンジピールのブラック生チョコサンド

講師
淋 亜紀先生
(キッチンソムリエ講師)

【お持ち帰り】3種×3個の計9個
【ご試食】あり

会 ㊦ or ㊧ 6,800円 ㊨ 7,800円



オーガニックb | サステナブルレシピで食生活改善

16 日 11:00～

Point

- ・カロリーおさえて満足感アップ

Menu

- ・シーフード玄米ドリア
- ・スペアリブとレンズ豆の煮込み
- ・ノンオイルポテトサラダ
- ・甘酒入りバナナケーキ

講師
吉田より子先生
(料理研究家)

会 ㊦ or ㊧ 6,800円 ㊨ 7,800円



イタリアン | お家で出来る本格イタリアン

20 日 11:00～

Point

- ・旬の素材を生かしたオイルパスタ
- ・鶏肉の美味しい煮込み方
- ・お家で出来る本格ドルチェ

Menu

- ・鯛と菜の花のオイルパスタ
- ・鶏のオレンジ煮
- ・ティラミス

講師
福田 庸平先生
(bucheide)

会 ㊦ or ㊧ 6,800円 ㊨ 7,800円



1Dayレッスンb | “絶対使える”作り置きメニュー

24 日 11:00～

Point

- ・紅茶で肉の臭みを取る方法
- ・作り置きレシピの調理と保存のコツ

Menu

- ・豚肉の紅茶煮
- ・根菜のアヒージョ
- ・さつまいものレモン煮
- ・いろいろきのこのおかずなめ茸
- ・あんこ巻

講師
宮田 真子先生
(キッチンソムリエ講師)

会 ㊦ or ㊧ 6,800円 ㊨ 7,800円



1Dayレッスンa | 野菜たっぷりおもてなしごはん

28 日 11:00～

Point

- ・身近な材料で料理のコツがわかるシンプルな調理法
- ・油、味付け、盛り付けのポイントでいつものメニューがワンランクアップ

Menu

- ・焼きカブサラダ
- ・にんじんのポタージュ
- ・緑野菜のロースト パーチドエッグ添え
- ・キノコミートパイ 赤ワインソース
- ・マンディアン (チョコレート)

講師
井手 美加先生
(キッチンソムリエ講師)

会 ㊦ or ㊧ 6,800円 ㊨ 7,800円

ご予約・お問合せ
06-6538-0880
(11:00～17:00)

<http://www.kitchen-sommelier.jp>



インターネットご予約は24時間受付中
(メンテナンス時を除く)



イベントやレッスン日程など
お得な情報を随時更新中

価格表記部分の記号は以下を表しています。会 会員様 ㊨ ビジター様 ㊦ チケット (フリーセレクトチケット・プレゼントチケット・トライアルチェンジが使えます) ※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では、ソフトドリンクもお選びいただけます。

February 2023	
1	水
2	木
3	金
4	土
5	日 お味噌手作り教室
6	月
7	火
8	水
9	木
10	金
11	土 バレンタイン
12	日
13	月
14	火
15	水
16	木 オーガニックb
17	金
18	土
19	日
20	月 イタリアン
21	火
22	水
23	木
24	金 1Dayレッスンb
25	土
26	日
27	月
28	火 1Dayレッスンa