



ワインとお料理のマリアージュ

福嶋 康子 先生

ホームパーティなどにも使えるおもてなしフランス料理と相性の良いワインのクラスです。

エビとオリーブの春巻き
スペアリブのロースト パイナップルのソース
2種のワインの比較テイasting

8月7日(金) 12:30~15:00
ワンデークラス 5,000円/1回

夜コースが始まりました！

7月より「ワインとお料理のマリアージュ夜コース」がスタートしました。
お仕事帰りに、夜の空き時間に、素敵なお料理とワインを学んでみませんか？

8月12日(水) 19:00~20:30
ワンデークラス 5,000円/1回
※メニューは上記と同様です。

自然食

林 ハナ 先生

マクロビオティックを基本とした、体に優しいお料理をご紹介します。
食材をムダに使わず、とてもエコなお料理。気持ちも優しくなるクラスです。

玄米ごはん
野菜カレー
キャベツのサラダ、ゼリー

8月8日(土) 12:00~15:00
ワンデークラス 3,000円/1回

ヘルシーフレンチ

岩田 麻奈未 先生

薬膳の要素を取り入れたヘルシーフレンチです。
アンチエイジング・美肌効果を考えた女性に嬉しいお料理を教えてください。

味雷の冷製ヴルーテ
フォアグラ入りミートローフ フランボワーズの香り
桃のコンポート

8月27日(木) 12:00~14:30
ワンデークラス 6,000円/1回

※すべてのクラスにおきまして、一部食材の変更等がある場合がございます。ご了承下さい。



本格和食

高瀬 慶子 先生

旬の魚や野菜を使って、季節感のある日本料理を作ります。
おもてなしにも最適な美しい料理を学ぶ事が出来ます。お料理 中・上級者向けクラスです。

冬瓜のすり流し汁
とこぶしとなすの炊き合わせ
きゅうりと干し椎茸のごまみそあえ
とび魚の刺身
合鴨のくわ焼き
香の物、御飯

8月22日(土) 13:00~17:00

ワンデークラス 7,000円/1回

基本の和食

高瀬 慶子 先生

和食の基本を丁寧に教えて頂けるクラスです。
ちょっとしたコツでいつもの料理も料亭のような味わいに

ひき親子丼
枝豆の塩ゆで
とうがんの吉野汁

8月5日(水) 10:00~13:00

ワンデークラス 4,000円/1回

男の料理

高瀬 慶子 先生

美味しくお酒が飲めるおつまみや、お魚のさばき方を教えて頂けるクラスです。
初心者の方でも楽しんでお料理ができます。

水たこの刺身
冬瓜の柚子みそあん
冷汁

8月1日(土) 10:00~13:00

ワンデークラス 4,000円/1回

※すべてのクラスにおきまして、一部食材の変更等がある場合がございます。ご了承下さい。