兵庫栄養振興会　料理教室

ＨＹＯＥＩクッキング　2024年　1月の予定

（　元 兵庫栄養調理製菓専門学校 講師による料理教室　）

1月10日（水）	10時～12時30分 14時～16時30分	*日本料理* **寒ぶりのかぶら煮・・・** 今が旬のぶりを使って、かぶらを合わせてみました **けんちょう・・・** 山口県の郷土料理 寒い冬は根菜をたくさんとって風邪予防
1月17日（水）	10時～12時30分	*基礎から学ぼう　新コース* **鯖の煮つけ　だし巻き卵** **旬の野菜でお浸し　たっぷり野菜の豚汁** 今さら聞けない包丁の持ち方から野菜の切り方を学び色々な調理を基本から作ります
2月1日（木）	10時～12時30分 14時～16時30分	*日本料理* **合鴨の照り焼き・・・** ジビエの一種　合鴨を使って美味しいソースで頂きます **きのこのチーズ 甘酢あん・・・** きのこをたっぷりとって風邪予防　免疫力アップ

※メニューを変更する場合があります

※午前・午後の2回を予定しておりますが、人数により 1回のみの場合があります
お問い合わせください。

持　ち　物：　調理実習を行います、エプロン・三角巾をご持参ください。
原則料理を持ち帰ることはできません。持ち帰られる方は、
ご自身の責任でお持ち帰りください。容器もお持ちください。

参　加　費：　3,000円　　定　員：　10　名

お申込みについて：　実施日の１週間前までにお申し込みください。
なお、定員になり次第締め切らせて頂きます。

会　場　西宮市総合福祉センター　別館２階　料理実習室
（正面玄関入って左側階段　又はエレベーターでお上りください。）
住　　所：兵庫県西宮市染殿町 8-17
最寄り駅：**西宮（ＪＲ線）駅[南口]**から徒歩約７分

兵庫栄養振興会
電話　0798-81-5616
ＦＡＸ　0798-81-5617

キリトリセン

ふりがな お名前	
ご希望日 時間	
お電話番号	
メールアドレス	

兵庫栄養振興会 窓口での受付は 平日９時～16時30分　　受付日＿＿＿＿