

HYOE I クッキング 2025 年 10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)



10 月 2 日 (木)	10 時～ 12 時 30 分 14 時～ 16 時 30 分	西洋料理 ペンネアラビアータ ・・・アラビアータは「おこりんぼ」 ソースの辛さで顔が赤くなるというイタリア伝統料理 豚肉のマスタードパン粉焼き ・・・豚肉の両面にマスタードを たっぷり塗ってパン粉をまぶして焼きます
10 月 23 日 (木)	10 時～ 12 時 30 分 14 時～ 16 時 30 分	西洋料理 スパイスと小麦粉で手作りカレーの オリジナルカレー ・・・一度は作りたいスパイスを合わせて 小麦粉でルウを作った欧風カレー チーズとさつまいものサラダ ・・・秋に美味しいさつまいもと チーズの組み合わせが最高
10 月 29 日 (水)	10 時～ 12 時 30 分 14 時～ 16 時 30 分	基礎から学ぼう 色々な調理を基本から作るコース かつ丼 2種 ・・・卵とじとソースカツ丼 レパートリーに追加してください けんちん汁 ・・・大根や人参などの野菜を油で炒めてから煮込む料理 寒くなって風邪をひかないように根菜を食べましょう



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
【キャンセル料について 5 日前～2 日前まで 1/3・前日半額・当日全額】

お 申 込 み : 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(J R 線)駅[南口]から徒歩約 7 分



兵庫栄養振興会

TEL 0798-81-5616

FAX 0798-81-5617



ふりがな お 名 前	
ご 希 望 日 時 間 帯	
ご連絡先 (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