

HYOE I クッキング 2027 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 7 日 (木)	10 時～ 12 時 30 分 14 時～ 16 時 30 分	日本料理 蒸し寿司 ・・・京都で有名な蒸し寿司、おせちの残りで作っても 美味しいですね、寒い冬にあったまりましょう 茶碗蒸し ・・・スをいれないように作るのは難しいですけど 手作りで作ります
1 月 14 日 (木)	10 時～ 12 時 30 分 14 時～ 16 時 30 分	中国料理 葱油拌面(葱油のまぜそば) ・・・台湾や上海で人気のまぜそば 葱の風味でくせになります 炸里脊肉片(豚肉の天ぷら) ・・・豚肉の薄切りに衣をつけて サクッと揚げます
1 月 20 日 (水)	10 時～ 12 時 30 分 14 時～ 16 時 30 分	基礎から学ぼう 鶏もも肉のクリームソース ・・・体にやさしい鶏肉を煮込んで クリームソースで仕上げます ジャーマンポテト ・・・ベーコン、じゃがいもなどをゆっくり炒めて 作るドイツの有名な料理です

◇材料を変更する場合があります◇

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