

男の料理



～世界平和は家庭の食卓から～

講師：出倉弘子先生

味だけでなく、見た目の美しさも意識してがんばりました。この出来映え、誰かに自慢したくなりますね。また、定番の味や和食の基本もしっかりと教わりました。

6月

鯛やかツオで、夏のだし茶漬け。夏野菜に、ミョウガや大葉など、さわやかな香りを添えました。



7月

テーマは豚肉尽くし！酢豚と角煮に挑戦です。「〇〇の素」を使わず、自然な味わい。角煮はみそで、豆板醤が隠し味で引き締めます。



8月

夏といえばカレー。市販のルーを使わず、野菜とスパイスを炒めて本格的に。揚げた夏野菜をトッピングし、トマトライスでいただきます。

粉をこねて皮も手作り。この餃子は本当に美味しいと評判です。手間なしとはいいがたいのですが、それだけの価値はありますよ！



9月

今後の予定

12月	6 (木)	ハーツ学園	おせちにもなる一品
	8 (土)	ハーツ学園	おせちにもなる一品 特別講座 キムチ作り
1月	17 (木)	ハーツ学園	THE 洋食
	19 (土)	ハーツ志比口	THE 洋食
2月	7 (木)	ハーツ学園	初午いなりで運氣アップ
	9 (土)	ハーツ学園	初午いなりで運氣アップ 特別講座 手作りみそ
3月	7 (木)	ハーツ学園	たまごで春を祝う
	9 (土)	ハーツ羽水	たまごで春を祝う
4月	18 (木)	ハーツ学園	春の食卓
	20 (土)	ハーツ羽水	春の食卓

木曜、土曜のどちらも、初心者の方でも安心してご参加いただけます。

10月

親子丼、肉じゃが、きんぴらごぼう、白和え。和食の定番おかずを丁寧に。食材の味が生き、正統派なおいしさです。ゴマをする様子も楽しそう！

