

SUMMER

出倉弘子の

6月

料理ライブ

出倉弘子の料理ライブとは、出倉弘子氏(料理研究家)の料理の作り方を見た後、試食しながら、食についての質問やなやみなどにお答えします。

本格的な夏が来る前、少し憂鬱な梅雨の季節ですが、酸味や香草を効かせた料理で気分も体もスッキリしましょう！

なじみのある「おかず」から目新しいエスニックメニューまで、とりどりそろえてお待ちしております。



メニュー (予定)

1. 夏みかんの巻きずし 
2. 新じゃがと鶏肉の煮物 
3. 揚げハタハタのサラダ盛り 
4. 生春巻き(ゴイ クォン) 
5. 中華風簡単漬け 
6. とろとろプリン 



ふるさとメニュー

福井県産の食材を使用、または福井の食文化や伝統と生かしたメニューです

6/10(土)



お申込み・お問い合わせは



時 間 11:00 ~ 13:00頃
場 所 ハーツわかさ 組合員集会室
参 加 費 1000~1500円前後
必要な物 エプロン

ふくい・くらしの研究所

TEL 0776-52-0626 FAX 0776-52-0660

メール kurashi_00017@fukuicoop.or.jp

(福井市開発5丁目1603番地 県民生協本部センター内)

** 出倉先生携帯 090-1390-2629

FAXでお申込みの場合、以下にご記入してご送信ください。

お名前 (ふりがな)	備考欄
電話番号	
住所 〒	

SUMMER

出倉弘子の

6月

料理ライブ

出倉弘子の料理ライブとは、出倉弘子氏(料理研究家)の料理の作り方を見た後、試食しながら、食についての質問やなやみなどにお答えします。

本格的な夏が来る前、少し憂鬱な梅雨の季節ですが、酸味や香草を効かせた料理で気分も体もスッキリしましょう！

なじみのある「おかず」から目新しいエスニックメニューまで、とりどりそろえてお待ちしております。



メニュー (予定)

1. 夏みかんの巻きずし 
2. 新じゃがと鶏肉の煮物 
3. 揚げハタハタのサラダ盛り 
4. 生春巻き(ゴイ クォン) 
5. 中華風簡単漬物 
6. とろとろプリン 



 ふるさとメニュー 福井県産の食材を使用、または
福井の食文化や伝統と生かしたメニューです

6/11(日)



お申込み・お問い合わせは



時 間 14:00 ~ 16:00頃
場 所 ハーツはるえ ひまわりルーム
参 加 費 1000~1500円前後
必要な物 エプロン

ふくい・くらしの研究所

TEL 0776-52-0626 FAX 0776-52-0660

メール kurashi_00017@fukuicoop.or.jp

(福井市開発5丁目1603番地 県民生協本部センター内)

＊ ＊ 出倉先生携帯 090-1390-2629

FAXでお申込みの場合、以下にご記入してご送信ください。

お名前 (ふりがな)	備考欄
電話番号	
住所 〒	