

SUMMER

出倉弘子の

7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)の料理の作り方をみた後、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。

夏のはじまりを味わいましょう！初夏の味、梅酒を使った煮豚や、夏野菜は、和え物や簡単にできるピザにもたっぷり載せて味わいます。あさりとお揚げの酒蒸しは「ためしてガッテン」で紹介されたメニューです。デザートはポップオーバーは、アメリカのお菓子。ここ数年ブームになりつつあります。とはいえ、まだまだお店で食べられる機会は少ないです。

是非体験してみてください！



メニュー (予定)

1. 煮豚
2. 肉そぼろのシタス包み
3. 簡単ピцца
4. なすの胡麻和え
5. あさりと油揚げの酒蒸し
6. ポップオーバー

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

# 7/8(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 〒	

\* 個人情報は講座目的以外には使用いたしません