

7月の料理教室・各講座のご案内

本店

料理教室

7/7(金) 10:30~「季節の和食~夏の献立~」

講師:中村 史子 先生 受講料:2,500円(税別) 定員:15名

・素麺 ・エビと野菜のかき揚げ ・酪豆腐のみぞれ和え ・トマトのシロップ煮 *素麺のだしの取り方もお教えします。



料理教室

7/11(火) 10:30~「カンナさんの夏のおもてなしレシピ」

New!!

講師:服部 カンナ 先生 受講料:3,800円(税別) 定員:15名

・ヴィシソワーズ コンソメジュレと一緒に ・かりかりチキンラタトゥユ添え ・桃のスパークリングジュレ

服部 カンナ 先生プロフィール ル・コルドンブルー代官山校卒業。料理家、フードプランナー、ジュニア野菜ソムリエ。フレンチをベースにした料理とお菓子の教室OCTOBRE主宰。旬の野菜や果物を使った、おもてなしにぴったりな一品をお教えしています。

料理教室

7/22(土) 10:30~

キラッククラブ×kuriya 「夏休み親子カレー教室~カレーから世界と今の日本を知る味覚・感覚の教室~」

講師:中田 愛子 先生 受講料:1,500円(税別)子ども追加で500円/人 定員:10組の親子

*五感を使ってスパイスを観察、原産国についても学びます。また、長崎で採れる旬の野菜やその働きについても知り、調理を通して食への感謝の心を再認識しましょう。

・カレー粉をブレンドしたオリジナルカレー(長崎の地粉と旬の食材、世界のスパイスを使用)
・オリジナルドレッシングを使ったサラダ ・旬のフルーツのマチエドニア
(ご持参いただくもの)エプロン、タオル、筆記用具(色鉛筆)



WORK SHOP 7/10(月) 10:30~

「子どもの心と体が元気に育つために、私たちができること③」

炊込みご飯と味噌汁付き

講師:宗 由理子 先生(日本小児科学会認定小児科専門医) 受講料:2,000円(税込)

定員:10名 対象:すべての大人※お子さま連れの場合は、生後6ヶ月くらいまで

*子供が病気になったときのそなえ方について



WORK SHOP 7/14(金) 13:00~ ※初めての平日開催、開始時間が午後からになります。

「女性のための東洋医学講座~夏の冷え性対策、夏の快適な過ごし方~」

講師:川崎 知寿 先生(薬剤師・はり師・きゅう師) 受講料:3,000円(税別) 定員:10名

・東洋医学の考え方を基礎から学び、漢方のこと、薬膳のこと、知っておくためになるツボについてご紹介します。

WORK SHOP 7/15(土) 11:00~

「医食同源セミナー夏編~スムージーとスパイス特集・ベジフルカレーで暑さを極めよう!~」

講師:浅田 ゆかり 先生(シニア野菜ソムリエ) 受講料:3,300円(税込) 定員15名

紅茶、お菓子付

*食欲のない朝にすっきり手軽に飲めるスムージーと、こだわりの北海道産夏野菜をたっぷり使ったベジフルカレーを作ります。
・スムージー ・ベジフルカレー(焼いたり、蒸したりした野菜をトッピング)

★毎週月曜日(7/3、10、17、24、31) 19:00~20:15 「ピラティス/ジャイロキネシス クラス」

講師: Shizuka 先生(作業療法士) 受講料:2,000円(税込)※お申し込み→shizuka630london@yahoo.co.jp

★7/9、7/23(日) 13:00~16:00 「薬膳フードデザイナー-BASIC(初級)資格認定講座」

講師:FOODandLIFE 認定講師「薬膳フードデザイナー」林 眞実 先生 ※お問い合わせ→doublehappiness@sf6.so-net.ne.jp、090-8627-3977

★7/13(木) 10:30~「ママのための食育塾」 講師:谷川 千夏 先生 受講料:3,000円(税別)※お申し込み→090-8288-7606

料理教室・各講座 お申し込み方法

お電話、ホームページでお申し込みください。店頭でも受付可能です。

TEL:095-856-8101(本店) 0957-27-3171(大村店) URL:http://www.chopro.co.jp/kuriya/

※お申し込み時点で定員に達している場合は、キャンセル待ちとさせていただきます。

※3日前からのキャンセルは1,000円、当日のキャンセルは受講料全額をお支払いいただきますので、ご了承ください。