

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	
27	28	29	30	31	1	2	
	鏡餅を作りますよ〜 11:00~13:00 	文化教室・キッチンスタジオお休み					
3	4	5	6	7	8	9	
	文化教室・キッチンスタジオお休み		親子蕎麦打ち 10:00~12:30	冬休み子供講座 10:00~12:30	冬休み子供講座 10:00~12:30		
10	11	12	13	14	15	16	
		楽しいタイ料理 10:00~12:30				旬野菜料理レッスン 10:00~12:30	
			フランス料理講座 19:00~21:30				
17	18	19	20	21	22	23	
		フランス料理講座 10:00~12:30			基本のお料理 10:00~12:30	ピーツを知ろう! 10:00~12:00	
		生産者×旬野菜 19:00~21:30	母から子へ 18:30~21:00		ピーツを知ろう! 19:00~21:00		
24	25	26	27	28	29	30	
		和食料理講座 10:00~12:30	美肌ごはん 10:00~12:30			カラダに優しいスイーツ 13:00~15:00	
	和食料理講座 19:00~21:30	基本のお料理 19:00~21:30			カラダに優しいスイーツ 19:00~21:30		

2015.12.5現在

鏡餅をつくりましょう〜

定員8組

12/28(月) 11:00~

参加費 ひと家族2人まで¥1,500
(1人追加小学生以上¥300)
杵と臼でつくお餅で鏡餅を作って
新年を迎えましょう〜つくたてのお餅も
美味しく食べますよ!!

コープさっぽろ ご近所野菜

生産者トーク×旬野菜料理レッスン

生産者 音更たけなかファーム 竹中 章さん

1/19(火) 19:00~

定員15名

受講費 ¥1,080 材料費 ¥1,100

レギュラー講座とのコラボ企画!!

『リーキ』ってどんな野菜? 竹中さんのお話しと

リーキづくし料理講座です。

(肉巻きリーキ他)



コープさっぽろ ご近所野菜

生産者料理講座〜ピーツを知ろう!

生産者 中村農場 中村 良子さん

1/22(金) 19:00~

1/23(土) 10:00~

受講費 ¥1,080 材料費 ¥1,000

『ピーツ』の食べ方がわからない〜を解決〜

ピーツ料理の本場ロシアのレシピを知る

中村さんに美味しく食べるコツを教えてください。

・ロシア風ピーツのミルフィーユサラダ

・ピーツの天ぷら



定員各10名

高田真紀子さん(調理師)

はじめてさんの基本のお料理 22

1/22(金) 10:00~

1/26(火) 19:00~

定員各10名

受講費 ¥1,080 材料費 ¥800

わかりやすくして好評~

・ロールキャベツ

・牽書巻



結城 一洋さん

(まきばの家料理長)

定員各10名

やさしいフランス料理講座

1/13(水) 19:00~

1/19(火) 10:00~

受講料 ¥1,080 材料費 ¥1,000

・牛ステーキ マッシュルームソース

・オニオングラタンスープ

和食料理講座

1/25(月) 19:00~

1/26(火) 10:00~

受講料 ¥1,080 材料費 ¥1,000

・お造り

・飛龍頭揚げ 他



石橋 わか子・野田 尚

母から子へ手のぬくもりが

定員15名

伝わる料理教室

1/20(水) 18:30~

受講費 ¥1,080 材料費 ¥800~1,200

『豆料理を楽しむ』

豆のバリエーションを増やして

お料理を楽しみたいです。

・豆サラダ ・大豆マリネ



三浦 智代江さん(ジュニア野菜ソムリエ・

マクロビベジックインストラクター)

美肌ごはん

定員10名

1/8(金) 19:00~

1/27(水) 10:00~

受講費 ¥1,080 材料費 ¥1,100

マクロビオティックの考え方を知り

バランスよく食べる方法をお伝するクッキング

・れんこん入りワンタン鍋 他

旬野菜料理レッスン

定員10名

1/16(土) 10:00~

受講費 ¥1,080 材料費 ¥1,100

旬食材の特徴を知ってクッキング!

今月は『リーキ』

・肉巻きリーキ 他



カラダに優しいスイーツ

定員7名

1/29(金) 19:00~

1/30(土) 13:00~

受講料 ¥864 材料費 ¥1,200

動物性食品を使わず作る『ガトーショコラ』

(試食・15cmワンホール持ち帰り)



早坂 信美(潮華オーナーシェフ)

楽しいタイ料理教室

定員16名

1/12(火) 10:00~

受講費 ¥1,080 材料費 ¥1,100

カウパツ ガイトゥド ガティアム ブラックタイ

(タイ風若鶏ニンニク胡椒風味のから揚げ入り

タイチャーハン)