

2016

10月号 October



コープキッチンスタジオ

2016.9.9 現在

日	月	火	水	木	金	土
25	26	27	28	29	30	1
2	3	4 洋食屋の簡単お料理 10:00~12:30	5 洋食屋の簡単お料理 19:00~21:30	6	7 ジーナの楽しい イタリア料理 10:00~12:30	8
9	10 体育の日	11	12 美肌ごはん 10:00~12:30 旬野菜料理 19:00~21:30	13	14 美肌ごはん 19:00~21:30	15
16	17	18 ピザ 10:00~12:30 蕎麦打ち 18:30~21:00	19 基本のお料理 10:00~12:30 ピザ 19:00~21:30	20 秋のお菓子な おかしな1時間 10:30~11:30	21 旬野菜料理 10:00~12:30	22
23	24	25 おつまみ講座 19:00~21:30	26 ジーナの楽しい イタリア料理 10:00~12:30 基本のお料理 19:00~21:30	27	28	29 ベルデ文化教室 周年イベント
30	1	2	3	4	5	6



調理師 高田 真紀子  
 アットホームな雰囲気  
 「優しく丁寧」を  
 モットーにお伝えしています！

**秋の夜長に似合う**

～おつまみ提案～

日本酒・ビール・ワインに

合う 4品

25日(火) 19:00～

受講料 ¥864

材料費 ¥800



**はじめてさんの基本のお料理**

<大根ステーキ・

和風ハンバーグほか>

19日(水) 10:00～

26日(水) 19:00～

受講費 ¥1,080

材料費 ¥800



**蕎麦を打ってみよう～**

打った蕎麦は持ち帰り

講師の打つ蕎麦を

試食します！

18日(火) 18:30～

受講料 ¥864

材料費 ¥800

折笠 政弘

(全十勝手打ち蕎麦

推進協議会)



癒食 kitchen 主宰  
 三浦 智代江

マクロビオティックの考えを  
 取り入れた～「元気になれる」と  
 好評の料理レッスン ☆

**美肌ごはん**

<豆腐のキッシュほか>

12日(水) 10:00～

14日(金) 19:00～

受講料 ¥1,080

材料費 ¥1,100



**旬野菜料理レッスン**

<そば粉のガレットほか>

12日(水) 19:00～

21日(金) 10:00～

受講料 ¥1,080

材料費 ¥1,100



今月はそば粉

**ジーナの楽しいイタリア料理**

**イタリアのチーズを使って！！**

<レモンとミントの

グラナパダーノリゾットほか>

7日(金) 10:00～

26日(水) 10:00～

受講料 ¥1,080

材料費 ¥1,100

講師 竹部 美保

(イタリア料理研究家)



まさばの家料理長  
 結城 一洋

シェフの軽快な  
 トークで数ある  
 レパトリーと技を  
 教えて頂きます。

**洋食屋の簡単お料理講座**

<さばのムニエル南仏風ほか>

さばのさばき方をお伝えします

4日(火) 10:00～

5日(水) 19:00～

受講料 ¥1,080

材料費 ¥1,000



**生地から作るピザ**

ピザ 1枚お持ち帰り

<きのこピザ・

かぼちゃのクリームスープ>

18日(火) 10:00～

19日(水) 19:00～

受講費 ¥1,080

材料費 ¥1,000



**お菓子メーカー協賛**

**秋のお菓子なおかしな1時間♪**

～新発売のお菓子のお披露目試食会～ 定員 20名

20日(木) 10:30～

参加費 ¥540 (おみやげ付)

\* 各講座2名様から開講