

2016

11月号 October



コープキッチンスタジオ

2016.10.8 現在

申し込みは 10月11日から

日	月	火	水	木	金	土
10/23	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 4周年発表会
30	31	11/1	2	3 文化の日	4 美肌ごはん 19:00~21:30	5
6	7 あちろスイーツ 10:00~12:30	8 洋食屋の簡単お料理 10:00~12:30	9 洋食屋の簡単お料理 19:00~21:30	10	11 カゴメ協力 おうちごはん 10:00~12:30	12
13	14	15 大人のクリスマス ワンプレート 10:00~12:30 旬野菜料理 19:00~21:30	16 飾り寿司作り 10:00~12:30 大人のクリスマス ワンプレート 19:00~21:30	17	18 エバラ食品協賛 プチッと鍋簡単料理 19:00~21:30	19 よつ葉協賛 クリスマス パンケーキ 10:30~13:00
20	21	22 基本のお料理 19:00~21:30	23 勤労感謝の日	24	25 ジーナの楽しい イタリア料理 10:00~12:30	26 カラダに優しい スイーツ 10:00~12:30
27	28	29 基本のお料理 10:00~12:30	30 美肌ごはん 10:00~12:30	1	2	3

カゴメ株式会社協力

ローリングストックでおススメ食材で作る

おうちごはん

トマトジュースや乾物を使いお料理します！！

普段の生活から防災意識を身につけましょう

11日(金)10:00～定員 20名(5名から開講)

受講費¥864 材料費¥800(おみやげ付)

箕浦 奈穂子(ミーノファミリエ主宰)

*ローリングストックとは？

古いものから使って新しいものに入れ替える備蓄方法

エバラ食品工業株式会社協賛

プチっと鍋で簡単料理

昨年も開催好評でした！！

鍋食べ比べ、プチっと鍋で

お料理します～

18日(金)19:00～定員 20名

参加費 ¥1,000(おみやげ付)

三浦 智代江(癒食 kitchen 主宰)

よつ葉乳業協賛

親子でつくろう～

クリスマスパンケーキ

19日(土)10:30～定員 20組

参加料 1組 ¥864(おみやげ付)

今 稔部(十勝トテッポ工房)



飾り寿司を作りましょう

16日(水)10:00～

定員 20名 (7名から開講)

受講料 ¥2,160

材料費 ¥500

桑添 達也(極楽寿司)



「cake と café あちろ」のスイーツ講座

みんなでチャレンジ！！デコレーションケーキ

7日(月)10:00～定員 15名

受講費 ¥2,160

材料費 ¥1,500くらい

(試食・ワンホール持ち帰り)

織田 武司



ジーナの楽しいイタリア料理

ワインに合うパーティーメニュー

<オリーブコロッケ他>

25日(金)10:00～

竹部 美保(イタリア料理研究家)



はじめてさんの基本のお料理

<テーマはだし>

だしの取り方、料理方法

だし巻き玉子を作り持ち帰り

22日(火)19:00～

29日(火)10:00～



調理師 高田 真紀子

* 受講料・材料費

記載ないものは

受講料¥1,080

材料費¥1,000～1,200

となります。

(2名様より開講)



元ホテルシェフ

結城 一洋

洋食屋の簡単お料理講座

<ブイヤーズ他>

8日(火)10:00～

9日(水)19:00～



大人のクリスマス

ワンプレート

15日(火)10:00～

16日(水)19:00～



癒食 kitchen 主宰

三浦 智代江

美肌ごはん

玄米いなり寿司セット

4日(金)19:00～

30日(水)10:00～



旬野菜料理レッスン

今月はくアボカド>

イングリッシュマフィンを作って

アボカドサンドを作ります

15日(火)19:00～



カラダに優しいスイーツ

<豆腐のペイクド

チーズケーキ風>

試食・ワンホール持ち帰り

26日(土)10:00～

