

[今月の 料理教室 情報]

こどもの台所『いただきます』から『ごちそうさま』



鬼は外! 2月の節分に向けて 巻き寿司を覚えよう!

1月16日(土) 10:00-12:30

2月は節分。それに向けて巻き寿司の具材を作ったり、巻き方を覚えてオリジナル巻き寿司を作ろう! 簡単な飾り巻き寿司にもチャレンジ!

menu ・オリジナル恵方巻き

講師 上級食育アドバイザー よしみ

参加費 2,200円 **定員** 8名

対象 年中~小学3年生

持ち物 エプロン、ハンカチ、こどもの上靴

申込み締切日 1月12日(火)

●12月15日(火)よりお申込み開始。

お菓子を作りたい!!

1月17日(日) 10:00-12:30

雪が降って、お家時間が増える時期に突入! そんな時はお家でお菓子を焼こう!

menu ・スコーン

講師 上級食育アドバイザー よしみ

参加費 2,500円 **定員** 8名

対象 小学校1年生~6年生

持ち物 エプロン、ハンカチ、こどもの上靴

申込み締切日 1月12日(火)

●12月15日(火)よりお申込み開始。

わがやのげんきごはん



意外と作ったことがない!? 恵方巻き

1月15日(金) 10:00-13:00

毎年お店で注文する方も多いのでは? 今年はお家で恵方巻き! 意外と知らない太巻きや巻きの巻き方も覚えよう!

menu ・7種の具材の恵方巻き

講師 上級食育アドバイザー よしみ

参加費 3,500円

対象 一般 **定員** 6名

持ち物 筆記用具、エプロン

申込み締切日 1月9日(土)

田 TAKE OUT おうちおやつ~今日は何かな?~



季節のフルーツミニタルト

①1月20日(水)、②24日(日)
10:00-13:00

旬のフルーツと一緒に焼き込むフルーツタルトです。この焼き方を覚えておけば、季節ごとのフルーツやホールにしても楽しめます。可愛いミニタルトを作りましょう。

講師 Piatto kitchen まえたよしえ

参加費 4,000円 **定員** 6名 **持ち物** エプロン、ハンカチ

対象 一般 **申込み締切日** ①1月15日(金)②19日(火)

お申し込みは先着順となります。

●各料理教室は予告なく変更になる場合があります。●お申込みは、1組3名さままでとさせていただきます。●ホームページからもお申込みできます。●3日前~当日のキャンセルにはキャンセル料が発生します。

田 TAKE OUT ひといち ーパン



チーズクッペ

1月27日(水)、29日(金)、30日(土)
10:00-13:00

くるみを混ぜ込んだ生地にピザ用チーズとブルーチーズをたっぷりとのせて焼きます。仕上げにはちみつをかければ最高!!

講師 石田優花 **参加費** 2,800円 **定員** 6~8名

対象 15歳以上 **持ち物** エプロン、手拭きタオル、持帰り用袋

申込み締切日 1月22日(金) ●1月7日(木)よりお申込み開始。

田 TAKE OUT 今月のレシピ【料理:まえたよしえ】

黒酢の香り溢れる 白菜の揚げ春巻き



材料 4人分(8本)

春巻きの皮	8枚	塩麹	大さじ1
ひき肉(湯通し)	小パック1(150g)	めんつゆ	大さじ2
むき海老(粗みじんぎり)	8匹	黒酢	大さじ1
白菜(細切り)	1/4	醤油麹	大さじ1弱
しいたけ(そぎ切り)	小4個	(もしくは醤油 大さじ2/3)	
人参(細切り)	1/3本	片栗粉	大さじ1
生姜(すりおろし)	1かけ	水	大さじ1
春雨	40g	揚げ油	

つくり方

- 白菜、人参を細切り、しいたけをそぎ切りにする。春雨をお湯で戻し水気を切ってざく切り、むき海老を好みの大きさに切る。ひき肉は湯通しすることで、余分な油と臭みをとりのぞく。
- 鍋に大さじ2の水、白菜、しいたけ、人参、生姜の順に入れ、塩麹を全体に回し入れ蓋をし弱火でスチームする。野菜に火が通ったら、エビ、ひき肉、春雨を入れ、めんつゆ、黒酢、醤油麹を加え、味をなじませる。
- 2)に水溶性片栗粉を少しずつ加えとろみをつけ、パッドに広げ冷ます。
- 春巻きの皮に3)のをせ包む。フライパンに油を入れ温度調節機能を180℃に設定。3)の巻終わりを下にして並べ、きつね色になったら裏返し揚げる。