



げんきごはん

手作り調味料の会

今回は自家製コチュジャン。あなた好みに手作りしましょう。コチュジャンを使ったお料理もご紹介します。

1/17 土 10:30-12:00

講師 | Piatto Kitchen
まえたよしえ

定員 5名

参加費 4,000円

対象 | 一般

申込み締切日 1/10(土)

申込み開始日 12/16(火)

ー(ひといち)パン

黒まめパン

パン屋さんでも不動の人気者、ほんのり甘い黒まめを豆乳入りのふんわり生地に包みます。

①1/23 金 / ②28 水 10:00-13:00

講師 | 石田 優花 対象 | 15歳以上

定員 5名 申込み締切日 ①1月17日(土)②22日(木)

参加費 3,800円 申込み開始日 12/23(火)



タッチアンドトライ

・たらとじゃがいもの豆腐ソースグラタン

・炊飯鍋でカレーピラフ

ホワイトソースの代わりに豆腐でソースを作ってヘルシーに。グリル専用鍋で焼きます。時短・簡単調理を手間なく楽しく作りましょう。

1/10 土 / 14 水 11:00-13:00

対象 | 一般

定員 5名

申込み締切日 1/8(木)

参加費 700円

申込み開始日 12/13(土)

●お申込みは先着順です●各教室は予告なく変更になる場合があります
●ホームページからお申込みできます

3名以上でお申込みの場合はグループレッスンを受付けます。ご相談ください。

enetopia plaza

営業時間 9:00~17:00(休館日:日、月曜・GW・盆・年末年始)

鳥取県鳥取市片原5丁目503 ☎0570-04-8833

www.salute-withgas.jp

\ Connect with us /

Instagram

@enetopiaplaza_torigas

