

- 講師：料理研究家・伊藤華づ枝
- 開講日：第1・3木曜・10:00～12:00
- 受講料：3ヵ月分(月1回受講) 19,391円+税=合計21,330円  
3ヵ月分(月2回受講) 36,491円+税=合計40,140円

◆毎月入会可能です

■ 持ち物：エプロン・筆記用具・箸・お持ち帰り用の密閉容器や保冷剤  
これだけは習っておきたい料理を、和洋中全てのジャンルから指導する男性向け講座です  
半年、一年と受講すればとびっきりの腕前になれること間違いなし！



【振替受講可能】 欠席される場合は、他のクラスに追加金なしで振替受講が可能です  
(受講日の3日前までに欠席の連絡を頂いた場合のみ・2日前～当日の欠席は振替受講不可)  
(ただし、「伊藤華づ枝の手料理を食べる会」クラス、「プロから学ぶ日本料理の極意」クラスは追加金が必要です)

1月16日

～冬は温かい料理がごちそうです～

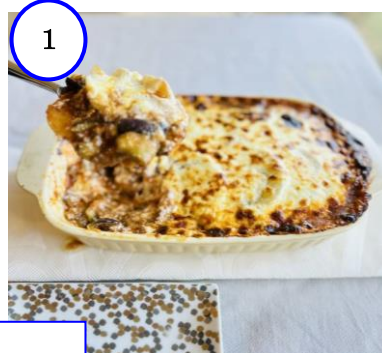
★ムサカ(写真①)

～ギリシャの「ナスとじゃが芋」を使ったヨーグルトソースグラタンです。ギリシャは「ガストロノミー(食文化&食芸術)」発祥の地です～

★スペルト小麦とマグロのたっぷり野菜サラダ(写真②)

～スペルト小麦(古代小麦)は近年の人気食材です。湯引きマグロと野菜を入れてサラダ仕立てにした前菜です～

★かんたんデザート



1月30日

～お食事会に参りましょう～

以下の3店で検討しています。皆さまのご意見をお聞かせください

- ◆サロン近くの中国料理「彩華」
- ◆四家道のフランス料理「ペルーージュ」
- ◆中区の日本料理「鯛めし楼」



2月6日

～人々の心を惹きつける味に迫ります～

★とてもおいしいカレーうどん(写真③)

～手作りのカレーうどんには惹きつけられます～

★五目きんぴら

～昔なつかしい味を再現します～

★生鮭のハーブムニエル・とろけるチーズ乗せ

～スパイスをまぶしたサーモンをムニエルにし、とろけるチーズを乗せました～

2月20日

～おいしい中華を作りましょう～

★蟹あんかけ炒飯

～炒飯に蟹の身のあんをかけました。炒飯の  
おいしさが極まります～

★あんこうの唐揚げ(写真④)

～ぶつ切りのあんこうが売られるようになりました。  
手軽に作れておいしい1品です～

★豆皿つまみ

～思いもかけない味や調理方法でおしゃれになった  
小皿料理で、家庭で居酒屋を開催しませんか？～

3月6日

～手作りは安全で・おいしさもひとときわです～

★魚のムニエル・はちみつレモンソース

～魚に塩とコショウをふって小麦粉をつけて焼いた料理が  
ムニエルです。はちみつレモンのソースは意外な相性です～

★チキンナゲット(写真⑤)

～家庭で作るナゲットのスパイシーなおいしさは、安心感も  
ひとときわです～

★焼きナスとトマトのレモンサラダ

～焼いたナスとトマトのサラダです～

3月20日

～男のイタ飯にガッツポーズ～

★ボルペッティーノの Pasta(写真⑥)

～大きな肉団子の乗ったPastaはご家族にも喜ばれます～

★魚介のサラダかアクアパッツア

～魚を食べて健康に過ごしましょう～

★お楽しみの1品



※献立内容や日程は変更する場合があります  
※料理写真はイメージです

※欠席・振替などの連絡は必ずスタッフまで  
直接又はお電話にてご連絡ください

TEL : 052-253-6340/6344

【お問い合わせ・お申し込み先】

インターティアラ・お料理サロン(栄中日文化センター提携)

〒461-0005

名古屋市東区東桜1-3-22 ヴィアーレ・アルベルゴ1

(受付時間: 9:00～18:00 ※但し日曜日を除く)

TEL/FAX: 052-253-6340/6344

E-Mail: intertiara-salon@outlook.jp

URL: http://www.intertiara.com

