

金曜日クラス

食にまつわる「よもやま話」を聞く～食事付きクラス～

2024年度冬期コース
受講生募集中

2025年1月～2025年3月

食は私たちの日々の生活から切り離せないものです
食にまつわる歴史・食文化・最新の身体栄養学などの様々な事柄を、
わかりやすく楽しく聞いて、食への見聞を広めましょう
毎回、豪華な昼食付きです

* 第1週金曜・午前10時～12時（一部時間変更があります）

* 受講料 3ヵ月分 18,846円＋税＝20,730円

（食事会の折の交通費は個人精算）

※6ヵ月分でお支払いいただくと割引となります

6ヵ月分 36,000円＋税＝39,600円

（食事会の折の交通費は個人精算）

* 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

料理の雑学博士講座より通算
◆第17期生 募集中◆

講師 伊藤華づ枝

- ・インターティアラ・お料理サロン校長
- ・「3ヵ月で子供の心がやさしく・賢くなる
すごい食育」主宰・食育スペシャリスト
- ・食育伝道師・管理栄養士・料理研究家
- ・テーブルコーディネーター・調理師
- ・フードコーディネーター
- ・スイーツスペシャリスト
- ・介護食アドバイザー・幼児食アドバイザー
- ・中国茶アドバイザー・だしの探求家



1月31日

※1月3日は正月のため5週目に繰り下がります

ガストロノミーとは何か・その発祥の国について

① ムサカ

～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～

② スペルト小麦とマグロのたっぷり野菜サラダ

～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。

③ 金柑とリコッタチーズのケーキとイチゴ大福

～金柑のチーズケーキとイチゴ大福を作りますよう～



スライドでの講義と簡単な実習→食事

2月7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。

◆四間道のフランス料理「ペルージュ」

◆今池近くのピッツェリア「オルテンシア」

◆中区の日本料理「鯛めし楼」



※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

3月7日

ふだんの小皿おかずをおしゃれに楽しむ ～人々の心を惹きつける味について迫ります～

家庭での人気おかずを、小皿仕立てで味わうレシピが人気を集めています。きんぴら・アンコウの唐揚げ・イワシの梅ショウガ煮・・・などを小皿に盛って、友人らと共におしゃれ居酒屋を目指しませんか～飲み物付～

スライドでの講義と
簡単な実習→食事



【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10F
（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



※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