

2018年度

## ミュージズしあわせクッキングメニュー

## レッスン内容

隔週水曜日(18:30~20:30)、家庭料理の基本からおもてなし料理まで  
みんなが幸せになれるようなメニューを学びます。

4月	4/11 (水)	西洋	◎豚肉のフレッシュトマトソース添え ◎アスパラのライススープ
	4/25 (水)	日本	◎山菜おこわ ◎大和和え ◎出汁の取り方
5月	5/16 (水)	中華	◎鍋 ◎豆腐 ◎黄金チャーハン ◎炒め物の基本
	5/30 (水)	スペイン	◎パエリア ◎ピンチョス ◎サングリア
6月	6/13 (水)	地方料理	◎サターアンダーギー ◎チャンプル ◎アーサー汁
	6/27 (水)	日本	◎鰹料理 ◎酢の物
7月	7/11 (水)	西洋	◎魚介の冷製パスタ ◎デザート
	7/25 (水)	日本	◎冷しる ◎蒸し物 ◎和え物
9月	9/5 (水)	中華	◎茄子の辛子炒め ◎焼ビーフン
	9/19 (水)	西洋	◎ニョッキトマトソース ◎魚のソテーレモンソース
10月	10/3 (水)	日本	◎出汁の取り方 ◎鶏の照り焼き
	10/17 (水)	中華	◎酢豚 ◎チンゲン菜の帆立風味 ◎ザーサイスープ
	10/31 (水)	西洋	◎チキンドリア ◎パンプキンスープ
11月	11/21 (水)	韓国	◎ダカルビ ◎ナムル
12月	12/5 (水)	日本	◎筑前煮 ◎おせち
	12/19 (水)	製菓	◎クリスマスケーキ
1月	1/16 (水)	西洋	◎若鶏の肉詰マルサラ風味 ◎パスタ
	1/30 (水)	日本	◎太巻き寿司
2月	2/13 (水)	中華	◎海鮮の豆鼓炒め ◎チャーハン
3月	3/6 (水)	西洋	◎春野菜のリゾット

\*食材等の都合上、メニューは一部変更となる場合があります。あらかじめご了承ください。