



今月はおいしい海の魚に挑戦しましょう。魚さばけたら自信がでますよ

※魚料理の日のメニューはその時に手に入った食材でします



※新型コロナウイルス対策によりマスクをつけてご参加下さい

講座開講日時	内容	費用	場所
7月6日(火) 午前10時～正午 7月8日(木) 午前10時～正午	バジルを使ってみましょう。 ハーブブレッド アヒージョ(えび料理) トマトとバジルのサラダ セロリスープ	¥3300	河村学園 3階料理教室
① 7月13日(火) 午前10時～正午 ② 7月15日(木) 午前10時～正午	あじのフライタルタルソースかけ 炊飯器利用のマッシュポテトサラダ レタスと豆腐のスープ ミルクゼリー	¥3300	河村学園 3階料理教室
※7月17日(土) 午前10時20分～ 午後12時30分	あじの煮つけ 魚の黄金揚げときゅうりの酢のもの 高野豆腐のかきあげ	¥3300	河村学園 3階料理教室
※①7月9日(金) 午後7時～9時 ②7月20日(火) 午前10時～正午	はまちを使いましょう (漁の都合で魚変更の可能性あり) 刺身 アラのみそ汁 はまちの煮つけ きゅうりと麩のからし酢みそ和え	¥3300	河村学園 3階料理教室
7月8日(木) 午後7時～9時	あじのフライタルタルソースかけ 炊飯器利用のマッシュポテトサラダ レタスと豆腐のスープ ミルクゼリー	¥3300	河村学園 3階料理教室
7月31日(土) 午前10時～午後12時30分	暑さに負けないために… ごちそう辛味そうめん 鯖のシュンユイ パンバンジー	¥3300	河村学園 3階料理教室
<楽しいお菓子作りの会> ①7月16日(金) 午後7時～9時 ②7月24日(土) 午前10時20分～正午	今回は夏らしく冷菓をつくりましょう コーヒープラマンジェ コーヒゼリー ※シュークリーム第3弾も予定中	¥2800	河村学園 3階料理教室
<聴いてためになる納得健康講座> ①7月9日(金) 午前10時30分～正午 ②7月10日(土) 午前10時30分～正午	今月のテーマ “すばらしい体質改善のカギ” です。	¥800	河村学園 ログハウス

ホームページはこちらから



※曜日・内容のご希望がございましたらご相談承ります

お申し込み先:河村学園
電話番号 0770-25-3257
各講座締切日は当日2日前までと
させていただきます。



LINEはじめました。
ID: kawamura-zak-ryokan

