



令和5年度 別所町公民館

男の料理教室（全6回） 講師：坂元啓子さん



No.1

① 5/10
(水)

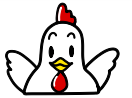


メニュー：チキンナゲット・ひじきとツナのサラダ・ふきの土佐炒め煮・ごま饅頭・ふきの葉炒め・ルイボスティー



見本を見せますね～

できあがり♪



メニュー：サーモンのムニエル・キャベツとしらすの和え物・手作り豆腐・手作りアイス・ルイボスティー

② 7/12
(水)



できあがり♪



③ 9/13
(水)

メニュー：夏の肉じゃが・生春巻き・鯛めし
栗ようかん



メニュー：プリの混ぜご飯手巻き・小芋の手まり
かきたま汁・甘ダレの竹串餅・手作りヨーグルト

④11/8



人参ときゅうりをまっすぐの細切りにして小芋にきれいに飾るのが大変でした！



⑤1/10
(水)

メニュー：ビーフストロガノフ・海の幸サラダ
ポンデリング・玉ねぎと春雨のスープ

ポンデリングはお店で買うのと同じくらいのクオリティでしたよ



メニュー：トマト明太子スパゲッティ・トマトサラダ
コーンスープ・クレープ（オレンジソースかけ）

⑥3/13
(水)

今年度もみんなで楽しく料理が出来ました

