

# 学習計画表

講座名 カフェごはん(パスタ&サラダ)

講師 林 優介

回	月日	曜	テーマ	内容	備考
1	3/14	金	基本のトマトソース を使って	ペンネ・アラビアータ(ピリ辛トマトソースの ペンネ) ブルスケッタ(トマトとバジルのシンプルな トースト) カポナータ風野菜の煮込み	開講式 オリエンテー ション
2	3/21	金	ポイントを押さえて 美味しく	スパゲッティ・カルボナーラ(卵とチーズ、黒 胡椒のスパゲッティ) インサラータ・ミスタ(シンプルな混ぜサラ ダ) 3種のクロスティニー(小さなトーストにトッピ ングを乗せた前菜)	
3	3/28	金	週末に作りたいおも てなしコース	手軽なミートソース フリッコ(じゃがいもとチーズのカリカリ焼き) バーニャカウダ(アンチョビ&ガーリックの ソースと野菜)	

\*材料の都合等でメニューを変更する場合があります

学習時間 18時30分～20時30分

材料代 3回で3300円

持ってくるもの 筆記用具、エプロン、三角巾、不織布マスク、タオル(手拭用)、  
ふきん(食器拭き用)  
必要な方は・・・持ち帰り用容器等(保存容器、紙袋、ラップなど)