

学 習 計 画 表

講座名 **★季節の料理★**

講師 **上 蘭 芙美子**

回	月日	曜	テーマ	内容	備考
1	6/3	火	<ul style="list-style-type: none"> ・ 6月の調理の注意点 ・ さっぱりウナギご飯 ・ 酢どり生姜、梅酢生姜 ・ 揚げパンのパルメジャン ・ きな粉豆乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 6月からの食中毒の注意点 ・ 鰻かば焼きの上手な使い方 ・ 酢と梅酢の使い方(保存食) ・ 硬くなったパンや餅のひと工夫 	開講式 オリエンテーション
2	6/10	火	<ul style="list-style-type: none"> ・ 簡単梅つけ(梅干し作り) ・ 梅酢ご飯 ・ 豚肉のビール煮 ・ 簡単梅とろろ昆布汁 ・ 手作り両棒餅 	<ul style="list-style-type: none"> ・ ビニール袋使用・重石なし ・ 梅酢を上手に使用 ・ 残りビールの使い方 ・ 手軽な汁もの ・ 郷土菓子の作り方 	*重石なし 梅干しの 作り方
3	6/17	火	<ul style="list-style-type: none"> ・ 焼きナスそうめん ・ 細巻き2種 ・ 切干大根の煮物 ・ カツオの竜田揚げ ・ ヨーグルト小倉アイス 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 簡単焼きナスの作り方 ・ 巻きすなしで作るやり方 ・ 観物の使い方 ・ カリッと揚げる方法 ・ 簡単にできる方法 	*茄子の選 び方
予備			<ul style="list-style-type: none"> *材料がない時変更レシピあります。 ・ かぼちゃゼリー ・ 軽羹・鶏肉のレモンサンド 	<ul style="list-style-type: none"> ・ ライスペーパーパイ ・ サバの竜田揚げ 	

*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：10時～12時30分

材料代：3回3000円

保険料：150円程度

持ってくるもの：筆記用具、三角巾、不織布マスク、布巾1枚、前掛け、容器

・指輪・ネイル等は外して、爪は短く切っておきましょう！