

# 男の基本料理

**基本がわかる！初心者に安心の男性だけのクラスです。**

料理なんて今まで全くしたことがない、という方もご心配なく。

「男の基本料理」なら、月2回月曜日・午前の少人数制のクラスですから、

ウィークデーにじっくり落ち着いて、楽しみながら料理を習うことができます。

美味しい手料理のノウハウを身に付けて、周囲の方をビックリさせてみてはいかがでしょうか。

作る楽しみ・食べる楽しみに加え、食べてもらう楽しみも味わえ、

きっとご満足いただけることと思います。

ぜひ一緒にしませんか。ご参加をお待ちしております。

■日程	①	1月	17日	(月)
	②	1月	31日	(月)
	③	2月	7日	(月)
	④	2月	21日	(月)
	⑤	3月	7日	(月)
	⑥	3月	14日	(月)
10:00 ~ 12:30頃まで				



- 定員 少人数制
- メニュー 裏面をご覧ください
- 持ち物 エプロン、ハンドタオル、筆記用具
- 特典 レギュラークラスへのご入学金50%OFF  
(ご家族様も、この割引の対象とさせていただきます)

■費用 6レッスン 33,000円  
(材料費・水道光熱費・テキスト代・消費税込)

ご入金は、お申し込み後1週間以内に学院受付でお支払いいただくか、

下記の口座にお振込み下さい。

振込先：みずほ銀行 市ヶ谷支店  
普通口座 0519147  
口座名 江上料理学院

- ★ 開催日1週間前から、キャンセル・ご返金はできません。
- ★ 尚、大変申し訳ございませんがアレルギー等ございます方、また調理中の怪我等に関しましては、当学院では一切責任を負いかねますので、宜しく願い申し上げます。
- ★ 新型コロナウイルス感染防止のため、マスク着用やアルコール消毒等へのご協力をお願いいたします。

お申込み・お問い合わせは

**江上料理学院**

〒162-0846  
新宿区市谷左内町21

江上 東京のから学院  
池袋校 都立地下鉄池袋駅 市ヶ谷駅 徒歩3~4分

TEL **03-3269-0281**

URL <http://www.egami-cooking.co.jp>

# 男の基本料理 メニュー表

【2022年1月～2022年3月】

	日程	メニュー	今回のポイント
1	1月17日(月)	●わんたんスープ ●五目あんかけ焼きそば	・わんたんの具の包み方 ・中華麺の焼き方
2	1月31日(月)	●石狩汁 ●れんこんのはさみ揚げ	・酒粕を使った汁物 ・れんこんの調理方法について
3	2月7日(月)	●簡単チャーシュー ●天津飯	・鍋やフライパンで作る焼豚 ・ふわとろ卵の焼き方
4	2月21日(月)	●鴨のロースト ●ブロッコリーのホットサラダ ●焼きりんごのキャラメリゼ	・鴨肉の特徴と扱い方 ・ブロッコリーについて
5	3月7日(月)	●牛肉入り芋煮 ●厚揚げの鶏みそがけ	・里芋の下準備について ・応用のきく肉味噌
6	3月14日(月)	●お手軽アクアパッツァ ●春キャベツとアンチョビのパスタ	・切り身魚の選び方と調理 ・春キャベツの特徴について

※メニューは変更になる場合もございます