

男の基本料理 メニュー表

【2024年1月～2024年3月】

	日程	メニュー	今回のポイント
1	1月15日(月)	●帆立貝と青梗菜の旨味炒め ●かぶの中華風そぼろ煮	・青梗菜の調理のコツ ・そぼろあんについて
2	1月22日(月)	●基本のおでん ●かきめし	・おでんの調理ポイント ・かきの選び方
3	2月5日(月)	●白身魚のパピヨット ●大根と生ハムのさっぱりマリネサラダ ●カスタードプリン	・クッキングシートの活用 ・オーブンを使わないプリン
4	2月19日(月)	●牛肉入りフォー（ベトナムの汁麺） ●バインセオ（ベトナム風お好み焼き）	・ベトナム料理について ・ベトナムの麺について
5	3月4日(月)	●のっぺい汁 ●親子丼	・郷土の汁ものについて ・親子丼の調理のコツ
6	3月18日(月)	●クラムチャウダー ●ポークチャップ	・チャウダーについて ・豚肉の調理ポイント

※メニューは変更になる場合もございます。