

男の基本料理 メニュー表

【2024年7月～2024年9月】

	日程	メニュー	今回のポイント
1	7月8日(月)	●ゆで豚ときゅうりのガーリックソース ●大根もち	・豚バラ肉の特徴 ・中国の点心について
2	7月22日(月)	●チキンナゲット ●人参としらたきの炒り煮	・ナゲットについて ・こんにゃくについて
3	8月5日(月)	●海老とトマトのカレー ●トルティーヤ ●フローズンヨーグルト	・カレーのバリエーション ・ヨーグルトの活用
4	8月19日(月)	●ヤンニョム チキン ●韓国風わかめのピリ辛スープ	・韓国料理の特徴 ・唐辛子のいろいろ
5	9月9日(月)	●羊肉のジンギスカン風 ●蒸しなすの香味だれ	・羊肉について ・なすの調理ポイント
6	9月30日(月)	●白身魚のワイン蒸し マッシュルームソース ●スパゲッティ ナポリタン	・切り身魚の調理 ・パスタ料理のコツ

※メニューは変更になる場合もございます。