

初心者のための料理教室

・・・おばんざいで学ぶ、きちんと和食・・・

男性にも最適！

1回分6回



*写真はイメージです。

初めて包丁を持たれる方も、主婦の方のおさらいも。

1回分オトクな全6回で今年中に基本をマスター！

全6回、順序だてて学ぶ連続コースです。

学生さんや基本を学びなおしたい方、料理経験のない男性など、初心者に向けたテクニックを、毎回テーマ別に学びます。切り方、盛り付け方、料理用語まで、和食の基本とコツを知ってお料理好きに！

◆ 講師 **料理研究家 (杉本家10代目) 杉本節子氏**

京町家杉本家住宅(重要文化財)を維持伝承する、公益法人奈良屋記念杉本家
保存会の常任理事兼事務局長として運営に携わる傍ら、料理研究家として活動されています。平成21年、女性の先駆的活躍を顕彰する「京都府あけぼの賞」を受賞。「きょうと食いく先生」(京都府)認定。



◆ 参加費 **全6回 / ¥15,000 (税込み)**

※1回ずつのお申込みの場合は1回あたり¥3,000です。
※事前のお振込みをいただき、初回開催時に「受講証」をお渡しいたします。
※先着順でのお申込みが確定しましたら、お振込み方法をご連絡いたします。

- ◆ 日時
- | | | |
|--------------|--------------|-------------|
| ① 10月13日 (日) | ② 10月27日 (日) | ③ 11月3日 (日) |
| ④ 11月17日 (日) | ⑤ 11月24日 (日) | ⑥ 12月8日 (日) |

各14:00~16:30

受付開始 / 13:30

デモンストレーション・調理・後片付け・試食 計約2時間半です。

◆ 締切 **平成25年10月10日 (木) <定員: 32名 / 中学生以上>**

※先着順にて受け付けておりますので、定員に達し次第受付終了となります。
※ご予約後、キャンセルされましてもご返金できかねますので予めご了承ください。

各回講座内容お申込み方法は裏面へ



初心者のための料理教室

◆ 開催スケジュール

月日		テーマ
1	10月13日(日)	基本は美味しいおだしとご飯から 一献立の組み方の基本一 ・和食の『一汁一菜』を基本とした献立の組み方。 ・土鍋ご飯の炊き方、昆布とかつお節からとる一番出しのとり方 ・おかずに向くだしじゃこのだしの作り方 ・基本的な調味料の使い方 など
2	10月27日(日)	野菜の美味しさは下準備から (1) 一葉野菜の切り方、下ゆで。和えものの基本一 ・野菜の基本の切り方 ・美味しく料理する塩の使い方 ・葉野菜のゆで方の基本 ・酢のものの「和え酢」の黄金比 など
3	11月3日(日)	野菜の美味しさは下準備から (2) 根菜の切り方、下ゆで。煮物の基本一 ・小芋の下ゆで、煮方 ・大根の下ゆで、煮方 ・調味料の加え方 ・電子レンジの上手な使い方 など
4	11月17日(日)	お魚料理 一意外と簡単！三枚おろし、煮魚の基本一 ・魚の下処理の仕方 ・三枚おろしの仕方 ※魚は季節に応じたものを選定いたします。 ・トマトの湯むきなど
5	11月24日(日)	乾物のおかず 一定番料理をマスター！乾物の基本一 ・乾物の基本の戻し方 ・別の料理への応用方法 など
6	12月8日(日)	お肉料理—お肉の下準備、切り方。焼く・煮るの基本一 ・ジューシーで柔らかく仕上げる火加減 ・焼き方のコツ ・煮方のコツ ・つけあわせ野菜の選び方 など

※講義内容、テーマは予告なく変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。

◆ お申込み方法

お申込みは、FAXおよびホームページから、Eメールのみ受け付けております。

※6回分の参加費をお支払いいただいたのち、欠席される回があっても返金はできません。

※全回キャンセルの場合は初回開催4日前までにお知らせください。

※全回キャンセルの場合で初回開催3日前～前日は¥1,500、当日は¥3,000のキャンセル料を頂戴します。

お名前*	年齢			性別	男性 女性
住所*	〒				
電話番号*	※連絡可能な番号をご記入ください。 TEL		FAX		
メールアドレス					
参加希望人数*	計	人	代表申込者 以外のお名前		

下記にも○をご記入ください。調理台(4人)グループわけの参考にさせていただきます。

料理をどれくらい されますか？	A : ほぼ初めて B : 1週間～1か月に1回程度 C : 簡単な料理はOK D : 自己流で大抵のものはOK
--------------------	--

※*印欄は、すべてご記入ください。記入もれがある場合はご予約を受け付けられません。 ※開催内容の詳細は順次ホームページでお知らせいたします。

※お申し込みいただいた個人情報は、料理教室・講演会参加の確認、連絡に使用いたします。また、あじわい館より今後の料理教室、企画のご案内をお送りさせていただきます。

・・・ FAX 075 - 321 - 8690 ...

<お問合せ先> 京の食文化ミュージアム・あじわい館 TEL 075-321-8680 E-mail info@kyo-ajjiwaikan.com

開館時間: 8:30~17:00 (水曜日休館)

URL <http://www.kyo-ajjiwaikan.com>