

# 男の料理塾!

## 2月4日(火) Start!

2/4 ちゃんこ鍋



◆◆◆講師◆◆◆

横瀬・赤岩輪店

赤岩 卓氏

◆◆◆献立◆◆◆

立浪部屋の

とりだんごちゃんこ鍋

2/12 簡単! イタリアン



◆◆◆講師◆◆◆

リストランテ ピノキオ

福井 勝久氏

◆◆◆献立◆◆◆

パスタ&

魚(いわし)料理  
豆のスープ

2/20 簡単! 家庭料理



◆◆◆講師◆◆◆

荷車屋料理長

桜井 辰夫氏

◆◆◆献立◆◆◆

お家で作れるデミグラソースの

ハンバーグステーキ

季節の付合せ添え

人参のラペ

かぶのポターージュ

3/3 パン作り



◆◆◆講師◆◆◆

社会福祉法人さやかグループ

井上 弘子先生

◆◆◆献立◆◆◆

くるみパン&

調理パン