



お片づけコーチングStudio HAGA主催

# ビギナーズクッキング こどもの日のごちそう

**2016年4月22日(金)・23日(土) 開催****時間 10:30~13:30****担当講師 Studio HAGA お料理コーチ 飯塚優子**

こどもの日やGWなど楽しい集まりやおもてなしの多い季節！  
お料理初心者でも自信を持ってお客様をお呼びできるレッスンです。調理の初歩から献立の立て方、食材の繰り回しや保存方法まで丁寧にレクチャーします。今回は、ちまき、ごちそう餃子、スープ、グレープフルーツゼリーの献立です。



## 講師紹介

写真はイメージです

**飯塚 優子**(いづか ゆうこ) 整理収納アドバイザー認定講師

スーパー主婦として1男2女の母として毎日5人家族の豊かな「おいしい食卓」に全力投球。簡単なのに丁寧なしっかり出し汁とり、節約メニューや保存食、毎日のおやつ作りを日課にし、家族のお弁当作り歴は27年。特別な食材や道具なしで、日常の献立を「優子流くりまわし」という工夫とキッチン動線改革で食卓を豊かに、食事作りを楽しくするお料理コーチ。

- 定員：各回 8名
- 場所：Studio HAGAサロン 東京都武蔵野市吉祥寺 (R三鷹駅、吉祥寺駅よりアクセス)
- 受講料：4,320円(税込) 下記銀行口座へお振り込みください。
- 開催時間：10:30-13:30

お問い合わせホームからお申込みください。

<http://www.okataduke.net/>

【講座受講料振り込み口座】

三菱東京UFJ銀行吉祥寺支店(普通)2600262 スタジオハーガ