



お片づけコーチングStudio HAGA主催

ビギナーズクッキング あったかメニュー

2016年1月22日(金曜日)・1月23日(土曜日) 開催**10:30~13:30****担当講師:飯塚優子 (Studio HAGAお料理コーチ)**

寒い冬、身体も心も温まるお料理レッスン！
お料理初心者にはハードルの高い茶碗蒸し。
基本を身につけおもてなしへのアレンジまで、じっくりレクチャーします。
献立は、茶碗蒸し、ブリのカラフル炒め、炊きおこわ、
青菜のピーナツ和え、白玉ぜんざいです。



画像はイメージです。

今月のレッスンでも、無駄にしない食材の繰りまわしや展開料理のコツ、段取りをレクチャーします。
おもてなし料理にもぴったり！あなたの自慢レシピにしてください。

講師紹介



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26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