

東京三栄会:文化交流委員会

第18回料理教室のご案内

【実施会場】 フランタン銀座:「エコー・フランタン」クッキングスタジオ

【開催日時】 2008年3月17日(月)18時30分~20時30分頃

《講師 & メニュー》

「春を呼ぶ・ちょっと暖かヘルシーメニュー」

ウィーン風カツレツ:薄く切った肉をフライパンで手軽に調理。揚げ油のいらぬヘルシーカツレツ
カリフラワーとコーンのココット蒸し:一人分のココット皿で蒸し焼きにしてさっぱりと
春のピースサラダ:グリーンピースなど旬の豆類をたっぷり使って体に優しく、華やかに
いちごパフェ:みんな大好き!イチゴのパフェを手作りしましょう
(天候などの事情によりメニューを変更する場合がございます。予めご了承下さい。)



講師:河野雅子先生 料理研究家で栄養士。NHK「きょうの料理」でもおなじみです。

河野先生の最新著書:《おいもの本》(株式会社グラフ社より)

手近な食材「おいも」。そんな「色々なおいも」の簡単・美味しいレシピが満載です。
書店では是非ともご覧になってください。そして作ってください!!



【参加費用】3,000円 (キャンセル料は同額、1週間前からおかかります。)

【授業内容】講師によるデモレッスン→グループ別の実習(4~5人)→試食→後片付け。

【申込方法】別添用紙に記入後、東京三栄会事務局にFax又はEメールにてお申込み下さい。

【申込期限】2008年3月3日(月)午後5時まで!!

【問合せ】東京三栄会文化交流委員会事務局 藤田

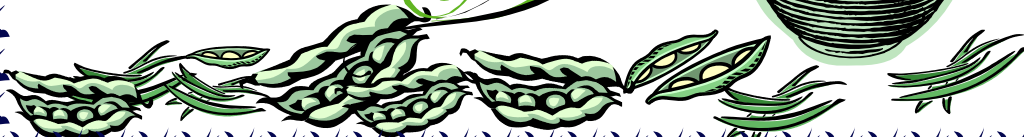
mail: No.Fujita@mitsui.com TEL: 3285-8067

次回は4月以降は現在企画中です。

決まり次第三栄会ホームページに掲載いたします。

三栄会ホームページ: <http://www.san-eikai.or.jp/>

お楽しみに……



東京三栄会事務局(文化交流委員会)御中

FAX 番号:03-3285-9837

東京三栄会・第18回「料理教室」3月17日(月)参加申込書

お名前(ふりがな):	性別: 男・女
会社名:	部署名:
連絡先(日中連絡が取れる携帯以外の電話番号):	
連絡先(日中連絡が取れる携帯以外の e-mail アドレス):	

お名前(ふりがな):	性別: 男・女
会社名:	部署名:
連絡先(日中連絡が取れる携帯以外の電話番号):	
連絡先(日中連絡が取れる携帯以外の e-mail アドレス):	

応募者多数の場合、キャンセル待ちを	希望する・希望しない
キャンセルで繰上げ参加となった場合、一人での参加	可・不可

- お申込みは原則1グループ2名様までです。同じ方が重複して申込みことは出来ません。
- 申込みされた方の代理で他の方が出席されることは原則禁止です。
- 申込み多数の場合は申込書単位で抽選。結果は3月5日(水)にご連絡いたします。

申込締切日時:3月3日(月) 午後5時

3月7日午後5時以降にお申込みを取消された場合・または欠席された場合には、3000円のキャンセル料が掛かりますので、ご注意下さい!!

問合せ:東京三栄会 文化交流委員会事務局 藤田
(電話)03-3285-8067 (FAX)03-3285-9513(Eメール) No.Fujita@mitsui.com

* 申込みにより取得する個人情報は三栄会料理教室関係のみに利用し、他の用途では一切使用致しません。