



東京三栄会：文化交流委員会 「第7回料理教室」参加募集のご案内

東京三栄会/文化交流委員会主催「**第7回料理教室：春の和食メニューに挑戦!!**」ご案内です。皆様奮ってご参加下さい!!

1. 実施会場

プランタン銀座「エコー・プランタン」クッキングスタジオ
住所：東京都中央区銀座3-2-1 プランタン銀座モード館5階
電話：3567-0077(代表)



2. 第7回開催日時

平成19年4月16日(月) 18時30分～21時00分

3. 第7回メニュー

『河野雅子先生の“春の旬”和食メニュー!!』

* 鱈の道明寺蒸し桜あんかけ

道明寺粉をまぶした鱈を蒸して、刻んだ桜の葉入りのとろ～としたあんをかけたこの季節ならではの上品おもてなしメニュー♪

* 鶏ささみのくずたたき

片栗粉をつけて茹でたささみに、叩いた木の芽入りの香ばしいドレッシングをかけて!!

* 菜の花の白和え

白和え作りにレツトライッ!!

* 黒蜜ワラビ餅

手作りワラビ餅に黒蜜をかけて…代表的な和のスイーツ♪



4. 授業概要

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

1レッスンに3～4品調理し、レシピは当日参加者に配布/持ち帰り可能。

持ち物：エプロン、手拭、筆記用具

(手荷物は備え付け100円デポジット式コインロッカーにお預け下さい!!)

参加費用：1回3,000円/1人(キャンセル料は1週間前からかかります)

5. 申込方法

申込方法：東京三栄会に直接Faxにてお申込み下さい。Fax：3285-9513

(応募者多数の場合は抽選後ご当選者の方々にのみご連絡、

残念ながら落選されてしまった方はキャンセル待ちとなります。)

応募はお1人2名様まで!!

申込期間：H19年3月19日(月)～H19年4月2日(月)午後5時まで!!

支払方法：当日参加費3,000円をエコープランタン受付窓口にてお支払下さい。

問合せ先：東京三栄会文化交流委員事務局

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



5月メニューは男性も大喜び「牛肉天ぷら」
お弁当のおかずにピッタリ「イワシのピリ辛煮」
「きゅうりと芽かぶのしょう油和え」
「フルーツのマンゴーソース」
お楽しみに～♪

東京三栄会事務局 御中

FAX番号:03-3285-9513

東京三栄会「料理教室」第7回(4月16日・月)

参加申込書

No.

お名前:	性別: 男 ・ 女
会社名:	(部署名:)
連絡先(日中連絡が取れる電話番号):	
連絡先(日中連絡が取れるe-mailアドレス):	
お名前:	性別: 男 ・ 女
会社名:	(部署名:)
連絡先(日中連絡が取れる電話番号):	
連絡先(日中連絡が取れるe-mailアドレス):	
キャンセル待ち	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

※この申込用紙で2名様までお申込できます。ただし、同じ方が重複してお申込みすることはできません。

※お申込多数の場合は、お申込書単位で抽選し、結果は4月3日(火)～5日(金)の期間にご連絡致します。なお、4月9日(月)以降に申込みを取り消された場合、キャンセル料(3,000円)を申し受けます。

申込締切日時:4月2日(月) 午後5時