

東京三栄会:文化交流委員会

第17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2月19日(火)18時30分~20時30分頃

《講師 & メニュー》

「風邪も吹き飛ばす真冬の元気メニュー・第二弾」です!

鶏肉のねぎ味噌焼き: 鶏肉にねぎ味噌をかけて香ばしく焼く冬の一品

ヤリイカと根三葉の柚子こしょう酢: 柚子こしょうの香りが効いたさっぱり風味の酢の物

豚汁: カラダもハートもほっこり温まるトン汁の美味しい作り方を伝授いたします

林檎のタルト: 林檎は高血圧予防や中性脂肪抑制・疲労回復効果など健康効果

バツグンのフルーツです、そんな林檎で手軽に出来る冬の美味しいスイーツをご紹介します

(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。

河野先生の新刊著書: 《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→グループ別に実習(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2月7日(金) 午後5時まで!!

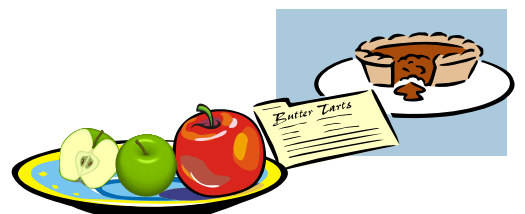
【問合せ先】東京三栄会文化交流委員会事務局 藤田

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



次回は2008年3月17日(月)・春の洋食メニューです!

ウィーン風カツレツ、カリフラワーとコーンのココット蒸し、
春のピースサラダ、いちごパフェ を予定しています。
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17回「料理教室」2月19日(火)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。
- 申込み多数の場合は申込書単位で抽選し、結果は2月12日(火)にご連絡いたします。

申込締切日時:2月7日(木) 午後5時

申し込み締め切り日時了後に取消された場合・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、ご注意ください!!

お問合せ: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。