

東京三栄会:文化交流委員会

# 第24回料理教室のご案内

【実施会場】 フランタン銀座:「エコール・フランタン」クッキングスタジオ  
【開催日時】 2008年9月26日(金)18時30分~20時30分頃

## 《講師 & メニュー》

「...便利な鍋で手早く・美味しく...」

(メインの一品を圧力鍋を使い手早く作ります!)

:圧力鍋で作る・豚肉の梅酒煮:

:とうもろこし・桜海老・三つ葉のかき揚げ:

:たたき梅のもずく汁:

:蒸しかぼちゃのあずきあん:

(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)

《あっとい間の簡単メニュー おいしい10分レシピ》(永岡書店 低価819円)

本のサイズはハンディー版、すぐに役立つ簡単・美味しいレシピが満載です!

【参加費用】3,000円 (キャンセル料は同額、申込期限を過ぎますと掛かります。)

【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9月17日(水) 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

E-mail: [No.Fujita@mitsui.com](mailto:No.Fujita@mitsui.com) TEL: 3285-8067

★★

10月~12月の3ヶ月間はクリスマスや年末のパーティーに向けての洋食特集です。

日程とメニューは以下を予定しております。

10月16日(木):鶏スペアリフとキノコのガーリック炒め・イカとトビッコのクリーム

パスタ・レタスのスナックサラダ・りんごのクランブルパイ

11月21日(金):えびのマカロニグラタン・人参のマッシュスープ

さつまいもとりんごのサラダ・フレンチチョコマフィン

12月 5日(金):牛肉のロースト 柚子しょうゆかけ・かに爪フライ

クリスマスサラダ・ショートケーキ

お楽しみに...

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



東京三栄会事務局(文化交流委員会)御中

FAX 番号:03-3285-9513

東京三栄会・第24回「料理教室」9月26日(金)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9月18日(木)までご連絡いたします。

**申込締切日時:9月17日(水) 午後5時**

申込締切日時を過ぎてからの参加取消・または欠席の場合には、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](mailto:No.Fujita@mitsui.com)

\*申込みにより取得する個人情報は本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。