

講師陣は
全員各ジャンルの
スペシャリスト!
あなたのお好きな時間、
お好きな講座が
選べます。

5

※カリキュラムや日程は
予定により変更になる場合
があります。
くわしくは、徳島本校の
事務局までお問い合わせ
下さい。
※料理講座を受講の際は、
エプロン・タオル1枚・
筆記用具をご持参下さい。

2019 Culture Cooking Studio

5月のメニュー

チケット制要受講予約

※メニューは基本月替わりです。

●受講料は、受講チケット購入時に一括でお支払いいただきます。※有効期限は第43期(2019年4月～9月)のみで、期限が過ぎたものは無効となります。チケットはご本人様のみご使用になれます。※受講は会員の方に限ります。会員でない方は入会金3,000円(税別)が必要です。※お好きな講座日時を自由を選んで、いくつでも受講していただけます。ただし、受講予約はチケット購入後となり、受付は先着順となります。※受講予約はご希望の講座日の3日前(午後5時まで)にお電話でお申し込み下さい。ただし、2カ月先の講座までしかご予約できません。※締切以降にキャンセルされた場合、材料費はお支払いいただきます。

●受講チケット料(消費税・材料費別途) ※多数受講するほどお得になります。※受講チケット1枚で、1講座受講できます。※チケットつづりをご購入の方で、さらにチケットを追加される場合は1枚よりご購入いただけます。

●6枚つづり	12,000円
●12枚つづり	+1枚 24,000円
●18枚つづり	+2枚 36,000円
●24枚つづり	+4枚 48,000円

和漢食のすすめ

5月13日(月) 10:00～12:00

●材料費／700円～800円程度
●定 員／18名

講師
漢方薬・生薬認定薬剤師
佐々木 佑実

メニュー

～脂質代謝異常症に良い食事～
体に良い脂質、悪い脂質 食材とは

心も笑顔に! イルローザ パティシエの洋菓子講座

5月27日(月) 13:30～16:30

●材料費／2,160円
●定 員／12名

講師
イルローザ
パティシエ

メニュー

甘夏のロールケーキ
お作り頂いたお菓子は持ち帰りいただけます

お料理いろは塾

残席少

5月7日(火) 10:30～13:00

●材料費／1,500円～2,000円程度
●定 員／10名 ※持ち帰り用容器持参

講師／㈱MIZUYA
代表取締役社長
フードコーディネーター
田中 美和

メニュー

ふわふわハンバーグ

簡単! 便利! 作り置き料理講座

5月7日(火) 18:30～21:00

●材料費／2,000円程度
●定 員／12名 ※持ち帰り用容器持参

講師／㈱MIZUYA
代表取締役社長
フードコーディネーター
田中 美和

メニュー

じゃがいもと豆さんを使いこなす
(お母さんポテサラ、コロッケ 他)

魚さばきに自信がつく!! 魚や直伝! まるごと一匹お魚料理

満席

5月21日(火) 10:30～13:00

●材料費／1,500円～2,000円程度
●定 員／18名
※持ち帰り用容器・保冷剤・マイ包丁持参可

講師
(周はっとり 代表取締役
うまいんじょお魚や 店主
服部 和彦

メニュー

桜鯛の料理 鯛めし、鯛のムニエル、鯛の香味蒸し等、鯛づくし
(県産天然魚類のため、魚種・量は仕入状況で変わります)

手打ちそば ひかりのそば打ち道場(A/B)

5月28日(火) A/11:00～13:30
B/18:30～21:00

●材料費／1,100円
●定 員／各12名 ※持ち帰り用容器持参

講師
手打ちそば ひかり
店主
本田 光

メニュー

玉子とじそば
ご自分で打ったお蕎麦は持ち帰りいただけます(3人前程度)

家で簡単に作れる中国料理

残席少

5月8日(水) 18:30～21:00

●材料費／1,000円～1,500円程度
●定 員／14名

講師／徳島
グランヴィリオホテル
中国料理 料理長
阿部 雅昭

メニュー

キャベツの蒸しスープ、鶏肉とセロリの炒め物

日本料理でおもてなし

5月15日(水) 10:00～13:00

●材料費／1,500円程度
●定 員／18名

講師
日本料理 増田 主人
増田 宏

メニュー

ぜいたく鯛ごはん、鯉二杯酢混ぜ、イカと分葱の鉄砲和へ

丸池製麺所の手打ちうどん教室

5月22日(水) 10:30～13:00

●材料費／1,000円程度
●定 員／8名

講師
丸池製麺所 大将
山本 将弘

メニュー

健康!
人参練り込みうどん

旬の簡単おばんざい

5月9日(木) 10:00～13:00

●材料費／1,500円程度
●定 員／18名

講師
口福みなみ
店主
南 剛英

メニュー

～簡単おばんざい～
きんぴらごぼう、出汁巻き、山芋包み揚げ出し、筍ご飯

管理栄養士りさが教える 美味しい! ヘルシー! おうちごはん

5月16日(木) 10:30～13:30

●材料費／1,000円～1,500円程度
●定 員／16名 ※持ち帰り用容器持参

講師
管理栄養士
野中 理沙

メニュー

「とろとろ! あつあつ! クリームコロッケ」
ミモザサラダ、ラタトゥイユ、デザート

簡単手づくり菓子パン講座

5月23日(木) 10:00～13:00

●材料費／1,000円程度
●定 員／10名 ※持ち帰り用容器持参

講師
手づくりパン教室
きら・主宰
湯浅 幸美

メニュー

ふんわりパン生地のアンドーナツ、
ツイストドーナツ、げんこつあめ

楽しい美味しい和菓子教室

5月10日(金) 13:00～15:00

●材料費／1,000円程度
●定 員／18名

講師
くらもと日の出 四代目
和菓子一級技能士
多田 真一郎

メニュー

阿波ういろ

※写真はイメージです。

旬野菜のとおっておきレシピで 簡単クッキング

5月17日(金) 10:00～13:00

●材料費／1,000円～2,000円程度
●定 員／18名 ※持ち帰り用容器持参

講師
阿波ふどうズベシャリスト
つむぎカフェ オーナー
大杉 まや

メニュー

免疫力UP 麦ごはんがパオライス、
大人のポテサラ、豆乳プリンきなこ、ハーブティ

【受講予約先】徳島新聞カルチャーセンター 徳島本校 ☎088-665-8500 お電話でお申し込み下さい。受付時間(月曜～土曜) 10:00～19:00(日曜) 10:00～17:00

徳島市川内町平石若宮92-4【駐車場150台可】※日曜日も開校していますが、祝日はお休みです。※ホームページからも講座のお問い合わせができます(<https://www.tokushin-culture.jp>)。※受講申込時にお名前、住所、電話番号などをお伺いします。これは講座に関するご連絡やお知らせなどに使用するもので、ご本人の同意なしに第三者に個人情報を開示、提供することはありません。