2019 Culture Cooking Studio

6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。

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。

※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。

●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に選んで、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

6月10日(月)10:00〜12:00
●材料費/700円〜800円程度
●定　員/18名

講師
薬剤師
漢方薬・生薬認定薬剤師
佐々木 佑実

メニュー
〜高血圧症に良い食事〜 血圧をコントロールする 食材とは

徳島グランヴィリオホテル シェフのおもてなしフレンチ

新講師　残席少

6月24日(月)10:30〜13:00
●材料費/1,500円〜2,000円程度
●定　員/14名

講師/徳島
グランヴィリオホテル
調理グループ料理長
久富 正陽

メニュー
スズキのソテー 夏野菜スープ仕立て、冷製トマトスパゲッティ

お料理いろは塾

6月4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
そんなに辛くない! チヂミ、トッポギ

簡単! 便利! 作り置き料理講座

6月4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
鶏ハム、野菜と卵のピクルス

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

6月18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
㈱はっとり 代表取締役
うまいんじょ処魚や 店主
服部 和彦

メニュー
初がつお料理と他旬の魚いっぱい 塩たたき、お茶漬け、角煮等
(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)

A残席少

6月25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
なめこおろしそば
ご自分で打ったお蕎麦はお持ち帰りいただけます(3人前程度)

家庭で簡単に作れる中国料理

残席少

6月5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
魚香茄子(ナスのピリ辛煮)、鶏肉とカシューナッツの炒め

日本料理でおもてなし

6月19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
鶏利休煮、生順才と車えびの酢物、
蓮根焼もち、鳴門金時芋おかゆ

丸池製麺所の手打ちうどん教室

6月26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
徳島県ブランド水産物! 吉野川の「すじ青のり」練り込みうどん

旬の簡単おばんざい

6月13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〜
アスパラ豆腐、チキン南蛮、新ごぼう飯

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

6月20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
「ピリ辛! タコライス」
もずくスープ、ゴーヤチャンプルー、サータアンダギー

簡単手づくり菓子パン講座

6月27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
さら・ら 主宰
湯浅 幸美

メニュー
紙コップでぷっくり抹茶ポップオーバー、焼ドーナツ

楽しい美味しい和菓子教室

6月7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

※写真はイメージです。

メニュー
水無月

旬野菜のとっておきレシピで 簡単クッキング

6月21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
阿波ふうどスペシャリスト
つむぎカフェ オーナー
大杉 まや

メニュー
夏野菜と若鶏のメインサラダ、麦米汁、デザート、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。