

第1回 8月4日(土) ~まずは人気の和食から♪

まずは、本格的なだしの取り方、いろいろな野菜の切り方など、和食で料理の基本を学びます。だしのきいたふわふわの親子丼、ほうれん草のおひたしやお吸い物などを作ります。

第2回 8月25日(土) ~ピーマンの肉詰め挑戦♪

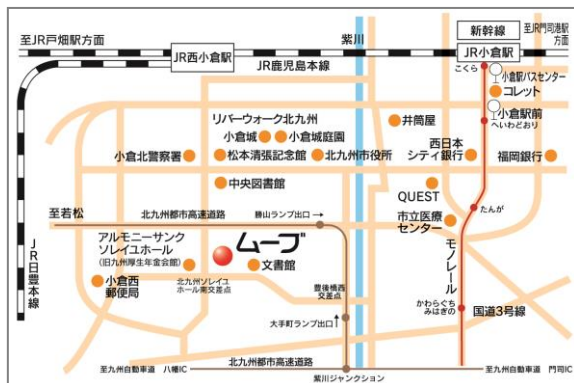
ハンバーグのタネを使って、夏野菜のピーマンで肉詰めを作ります。マカロニサラダや、根菜スープも一緒に作ります。

第3回 9月8日(土) ~みんなでワイワイ中華メニューを♪

ふわふわ卵の天津飯に、中華スープを添えて。切り干し大根のサラダもおしゃれに盛り付けしてみましょう。

第4回 9月29日(土) ~パスタやデザートでパーティー気分♪

人気のパスタ、カルボナーラをマスター!!
手作りドレッシングの地中海サラダやチーズケーキにも挑戦。大皿に盛り付けて、最終回はみんなで盛りあげましょう!



★ムーブへの交通アクセス★

JR最寄駅 小倉駅/西小倉駅
西鉄バス ソレイユホール・ムーブ前
都市高速 大手町出口/勝山出口
地下駐車場 30分毎100円(100台収容)

「エプロン男子」FAX 申込書 FAX 093-583-5107 締切 7/10(火)

ふりがな 氏名		年齢	歳
住所	(〒 -)		
電話番号			
希望コース (○で囲んでください)	午前コース ・ 午後コース ・ どちらでも可		
受講履歴 (○で囲んでください)	エプロン男子を受講したことがある ・ 今回が初めて		
託児 【生後6ヵ月以上 就学前まで】	子どもの名前・ふりがな 年齢 (歳 カ月)	子どもの名前・ふりがな 年齢 (歳 カ月)	

※この申込書に書かれた個人情報はムーブの講座案内以外には使用いたしません。