

# 季節を楽しむ クッキング (全 3 回)



秋には旬な食べ物がいっぱい♪美味しくてついつい食べ過ぎてしまうこともしばしば・・・。

せっかく食べるなら秋の味覚を楽しみながら美味しく作ってみませんか？

西奈生涯学習センターでは、秋の味覚を味わえる和食、洋食、お菓子作りの 3 回で行う料理講座を実施します。  
是非ご参加ください♪

## ★メニュー★

★1 回目～和食～(吹き寄せごはんとしめ卵のすまし汁、ひき茶の寒天寄せ)

※吹き寄せは落ち葉が風に吹かれ集まった感じを意味します。

★2 回目～洋食～(ミートローフ、かぼちゃのサラダ、季節の果物のワイン煮)

★3 回目～お菓子作り～(秋のフルーツケーキ。焼き上げて数日寝かすとしっとり大人味です。)

※メニューについてやむを得ず変更する場合があります。ご了承ください。



←吹き寄せごはん

## ～日時～



28 日(金)



5 日(金)、12 日(金)

・時 間 10:00～13:00

・会 場 西奈生涯学習センター 料理実習室

・講 師 向坂 智子 (管理栄養士)

・対 象 どなたでも 16 人

・会 費 一人 2,000 円

・申込み 平成 30 年 9 月 4 日(火)10:00～、

電話で西奈生涯学習センターへ

お申込みください。(申込順)

静岡市西奈生涯学習センター

静岡市葵区瀬名 2 丁目 3 2 番 4 3 号

<https://sgc.shizuokacity.jp/>

指定管理者 静岡市文化振興財団共同事業体

☎ 054-265-2468

