

講座番号

28

講座名

韓国家庭料理(夏バテ対策)

日時

4/23 5/28 6/25 7/23 9/24(月)9:30~12:00

定員

16名

講師名

ソンヨンエ
孫英愛

場所

中央公民館 実習室

回数

5回

《 内容 》

野菜を中心としたヘルシーな韓国家庭料理を作しましょう

1回目 チーズタッカルビ

2回目 ピリ辛のり巻き ヤンニョンチキン(醤油味)

3回目 韓国のお弁当

4回目 サムゲかゆ キュウリキムチ

5回目 豚肉のコチュジャン炒め ジャガイモスープ

※内容は変更になることがあります

ピリ辛海苔巻き



ジャガイモスープ



ヤンニョンチキン

豚肉のコチュジャン炒め



プロフィール

2004年韓国語講師資格取得

韓国料理に興味がある方・初心者の方・未経験者のご参加も大歓迎です。

韓国料理の栄養バランスの良さ。野菜がたくさん摂れるうえ、ピリ辛味は発汗作用があるなど、美肌の要素が満載の韓国家庭料理教室です。

受講料

3,500円

教材費

7,000円

持ち物

・エプロン ・ふきん
・クリアファイル
・筆記用具
・タッパ(持ち帰り容器)