



自由に選べる Oneレッスン

■受講料 2,500円 ■入会が必要です。

※場合によっては講師が変更になる場合がございます。

家庭料理

講師 / 大場・夏井

1 素敵女子のデトックスレシピ

- 小豆粥
- ひじきとおからのヘルシーココロケ
- 玉ねぎの和風ファルシ
- 黒胡麻豆乳のお汁粉

年末に疲れたお腹をリセットしませんか? おいしくお腹いっぱいであるにデトックスまでできちゃう素敵レシピですよ!

2 今年の節分は手作りです!

- 恵方巻
- 花巻とそうめんのお吸い物
- ほうれん草の白和え
- 抹茶と黒豆のマフィン

節分に食べる縁起が良いとされる恵方巻を今年は手作りしませんか? 願い事を浮かべながら、みんなで丸かぶりしましょう!

パン

講師 / 今野

3 ポリュームいっぱいランチパン

- ラムエッグロール&カボチャの豆乳ポタージュ

大人も子供も大好きなラムエッグロールを作ります。休日のランチにいかがですか? カボチャのポタージュも添えて...

6個お持ち帰り

スイーツ

講師 / 神田

4 ☆冬のおうちスイーツ☆

- バイクチーズケーキ Baked cheese cake

サクサクの練りパイ生地に濃厚なチーズが相性ピッタリ♪寒い時期のティータイムにいかがですか?

お持ち帰り

お姫様のケーキ屋さん

Patisserie de Princesse

5 新年の薔薇ケーキ

- La Nouvelle annee

ほんのり柚子が香るクリームと宇治抹茶の生地。竹の花器に純白の薔薇を生けたイメージです。

お持ち帰り

1月

6 冬に食べたいコトコ煮こんだビーフシチュー

- ビーフシチュー
- 彩りサラダカッターチーズ添え
- ヨーグルトドリンク

ビーフシチューをいつものお鍋で作ります。柔らかくお肉とほろり野菜で心も体もじんわり温まる☆カッターチーズも手作り!

7 もちもち食感でチャイナキッチン

- 中華おこわ
- ニラ饅頭
- 卵とトマトの炒め物
- 練乳ミルクゼリー

おこわはもちもち、ニラ饅頭はパリッ、ジュワー。食感が楽しい中華ごはんです。

8 冬に食べたいおやつパン

- リンゴとクリームチーズのアップル&イチゴのバナナコッタ

リンゴとクリームチーズは相性バツグン!!軽い食感に仕上げます。旬のイチゴを使ってバナナコッタも作ります。

6個お持ち帰り

9 ♥バレンタインのどっておきスイーツ♥

- ハートのチョコレートケーキ Chocolat noir

大切な人にチョコで想いを届けましょう♥手作りのケーキなら思いが届くこと間違いなしです♥♥

お持ち帰り

10 ときめきバレンタイン

- La palpitation

チョコレートムースに真っ赤なフランボワーズ。側面の模様もチョコレートで仕上げた香り高いケーキです。

お持ち帰り

2月

11 簡単おしゃれにパリ気分!

- そば粉のガレット
- ニース風サラダ
- 人参のポタージュ
- シナモンパイスティック

そば粉でガレットを作ります。生地さえ覚えたら、あとはおうちにあるもので応用できちゃっ!

12 みんな大好き☆ミートソース

- 半熟とろ〜りミートソースパグッティ
- 野菜サラダバーニャウダソース
- きこのブルスケッタ
- チョコとオレンジのビスコッティ

みんな大好きなミートソースにとろ〜り半熟卵をトッピング。バーニャウダソースは野菜を沢山使われてお薦めです。

13 ほんのり甘いしっとり食パン

- ハニー&クリーム食パン&フレンチトースト

ハチミツのやさしい甘さと香り、生クリームのコクで中までしっとり耳までおいしい食パンを手作りしてみてくださいませんか?

1台お持ち帰り

14 ☆春の定番スイーツ☆

- ショートケーキ Short cake

ふんわりスポンジにたっぷりのクリームでデコレーション♪真っ赤なイチゴをのせたらみんな大好きイチゴのショートケーキの出来上がり!

お持ち帰り

15 桜と蝶の春色ケーキ

- Japonais printemps

桜ムースの中には上品なこしあんクリーム。シヨコ細工の白い蝶が春の訪れを告げます。

お持ち帰り

親子クッキング

■受講料 各回2,500円 ■限定10組 親子2人1組でご参加下さい

■入会が必要です。

親ク 親子でわくわくソーセージを作ろう!

1月14日(土)・2月4日(土)・3月20日(火)

- ソーセージ

お持ち帰り

手作りで作るソーセージは自分だけのオリジナル。お肉をこねて、しぼって、くるくるねって作ります。作りたてを召し上げれ〜!

親ス ★親子で作るキラキラケーキ★

1月28日(土)・2月26日(日)・3月18日(日)

- ★ハートブラウニー★

4個お持ち帰り

パパやママとブラウニーを作ろう♪たっぷりナッツのブラウニーを焼いたら自由にお絵かき&デコレーション♪♪

親ハ ふわふわほっこりクリームパン

1月29日(日)・2月11日(土)・3月10日(土)

- ふわふわカスタードクリームパン&いちごヨーグルトミルク

6個お持ち帰り

みんなが大好きなクリームパンを親子で作ります。手作りのパンでおいしさも2倍!!

キッズクッキング

■受講料 1,500円 ■入会が必要です。

2月19日(日)・3月31日(土) 10:00~12:00

※対象: 小1~小4

つくってみよう! キッズシェフ★

- お絵かきオムライス&お豆腐白玉だんご

みんなでごはんを作るのは楽しいよ! ふわふわオムライスにケチャップでお絵かきしよう!

コースレッスン

■受講料 7,500円/全3回 ■入会が必要です。

ビギナーズコース ◆木曜クラス / 18:30~21:00 ◆土曜クラス / 10:00~12:30

1月 定番の中華を学ぼう!

- 餃子
- ネギと豆腐のスープ
- 中華春雨サラダ
- ココナッツゼリー

皮はパリパリ、中から肉汁がジュワ〜の中華の定番、餃子を作ります。ごはんもビールも進む、大人も子供も好きなメニューです。

2月 定番の洋食を学ぼう!

- カニクリームコロッケ
- マトソース添え
- オニオングラタン
- イチョのティラミス

洋食の王道、カニクリームコロッケを作ります。丁寧に作るベシャメルソースは配合次第で色々な料理に活用できます。

3月 定番の和食を学ぼう!

- 魚の煮付け
- 炒り豆腐
- さつまい
- みたらしだんご

魚を煮るのはどうも苦手...と思いませんか? ポイントをおさえれば、ごはん合う定番の煮付けが美味しく出来ますよ。

料理体験レッスン

■入会不要 ■初回の方限定1,000円/各回

体ク 料理を美味しく楽しく!!

- ふわふわとろ〜りオムライス
- クラムチャウダー
- ビスコッティ

ちょっとしたポイントを知ることで、料理の幅が広がります。手軽に出来る、美味しいお料理と一緒に作りませんか?

体ス お持ち帰り

★初めての方でも簡単スイーツ★

- 米粉のパウンドケーキ

しっとりとした定番バターケーキを人気の米粉で作ります。キャラメルナッツを飾りシックに仕上げます。プレゼントにいかがですか?

体ハ お持ち帰り

みんなが喜ぶおやつパンの定番レシピ

- シナモンロール
- ふるふるゼリーのカフェミルク

ふわふわ生地でシナモンジュガーたっぷりのシナモンロールを作ります。ふるふるしたコーヒゼリー入りのカフェミルクと一緒にハッピーなティータイムを...

ときめきイベント

■入会不要

みんなで楽しくプチパーティー気分!

男女10名ずつ 20~40歳のシングル限定

- チキンのトマト煮込み
- トルティーヤのラップサンド
- マッシュポテトサンド

男女が仲良く美味しい料理を作って食べて、おしゃべりも弾んで楽しんじゃおうという、恋活男女にオススメ講座です。

- 日程 / 3月3日(土)
- 時間 / 10:00~13:00
- 受講料 / 2,500円

全て予約が必要です ※受講料のお支払いとキャンセルの受付は4日前までにお済ませ下さい。それ以降はキャンセル料が発生しますのでご了承下さい。一定人数に達しない場合閉講することがあります。 ※写真はすべてイメージです。

1月	日	月	火	水	木	金	土
朝	1	2	3	4	5	6	7
夜							
朝	8	9	10	11	12	13	14
夜							
朝	15	16	17	18	19	20	21
夜							
朝	22	23	24	25	26	27	28
夜							
朝	29	30	31				
夜							
朝	10:00~12:30	14:00~16:30	18:30~21:00				

クッキングスクールのレッスンには全てエプロン、スリッパ、手拭タオル、筆記用具が必要です。また、天候により食材・メニューが変更する事がありますのでご了承ください。

くらしときめきアカデミー 浜松

浜松市東区西塚町200 サラプラザ浜松3F

0120-268-002

【受付時間】 平日 9:30~19:00 / 土・日・祝 9:30~16:00 月曜定休 ※12月29日(木)~1月5日(木)まで休業します。

http://www.academy.sala.jp

駐車場完備



講師募集中!

ホームページ「お知らせ」に掲載されている講師募集要項をご覧ください。