

ビールが進む絶品料理4種！！

夏の食宅の一品にも！

魚のさばき方やいませ(好評)！

7/2 (木)

午前9:30～12:30頃まで

講師：小林 公雄 先生

信州の名工（和食料理）  
（一社）長野県調理師会 専務理事

定員：10名（どなたでも）

材料費：1,000円

持ち物：マスク、エプロン、三角巾、  
タオル（布巾）2枚、  
お持ち帰り用タッパー  
my包丁（出刃包丁）がある方は  
お持ちください。

申込み：6/15(月) 午前9時から  
公民館窓口にて  
材料費を添えてお申し込みください。

※自己都合で欠席される場合は返金できません。

予定内容

- ・魚のカルパッチョ（魚のさばき方）
- ・鶏肉のネギ塩焼き
- ・カラスカレイの煮つけ
- ・豆腐サラダ …等

※仕入れ状況により変更の可能性があります。

男性、女性  
どなたでも  
参加できます！

づくり講座

清涼おつまみ



ビールが進む絶品料理4種！！

夏の食宅の一品にも！

魚のさばき方やいます(好評)！

7/2 (木)

午前9:30～12:30頃まで

講師：小林 公雄 先生  
信州の名工（和食料理）  
（一社）長野県調理師会 専務理事

定員：10名（どなたでも）

材料費：1,000円

持ち物：マスク、エプロン、三角巾、  
タオル（布巾）2枚、  
お持ち帰り用タッパー  
my包丁（出刃包丁）がある方は  
お持ちください。

申込み：6/15(月) 午前9時から  
公民館窓口にて  
材料費を添えてお申し込みください。

※自己都合で欠席される場合は返金できません。

予定内容

- ・魚のカルパッチョ（魚のさばき方）
  - ・鶏肉のネギ塩焼き
  - ・カラスカレイの煮つけ
  - ・豆腐サラダ …等
- ※仕入れ状況により変更の可能性があります。

男性、女性  
どなたでも  
参加できます！

づくり講座

清涼おつまみ

