



# 小野靖子先生の料理教室

## 5月8日(金)

### 春めく気分！食卓喜ぶ

- 小松菜のグリーンポタージュ
- 鶏肉のトマト煮込み
- クイックブレッド



## 6月5日(金)

### 気軽に簡単中華

- 中華風炊き込みご飯
- サンラータン
- 豆花



## 7月3日(金)

### お肌にいい！ たっぷり野菜を食べよう

- コブサラダ
- ヨーグルトドレッシング
- ジャガイモのポタージュ



講師 小野靖子 先生

Yasuko Ono

製菓衛生師・料理研究家・Y's Table代表

野菜ソムリエ、料理研究家として料理教室『Y's Table』を主宰。様々な料理講座の講師を務めるほか、料理レシピの提供やメニュー開発など幅広く活動中。Y's Tableのオリジナルブランドとしてドレッシング、ジャム、ピクルスなどをプロデュース。



- ＊定員：各16名
- ＊参加料金：各¥3,300(税込10%)
- ＊時間：10:00～13:00
- ＊持ち物：エプロン、スリッパ、持ち帰り用容器



※写真はイメージです

#### 参加申し込みは・・・

- ◆当センター受付、またはお電話でお申し込みください。
- ◆キャンセルされる場合は、開催日の7日前までにご連絡ください。それ以降にキャンセルされた場合は参加料金をお支払いいただきます。
- ◆定員になり次第締め切らせていただきます。
- ◆高校生以上が対象です。

岡山県南部健康づくりセンター

TEL: 086-246-6250

〒700-0952 岡山市北区平田408-1

【営業時間】 月～土曜日、祝日 9:00～18:00

【休館日】 日曜日、お盆(8/13・14・15)、年末年始(12/29～1/3)

