



おうちでできる韓国料理

2つの講座を企画しました！

祖母から家庭料理をたっぷり教わった講師による、おうちでも簡単にできる韓国料理の講座です。材料はよいものを選び無駄にしないで料理に活かします。【定員各 15 名】

11/15(火)
10時30分～13時

ソースとスープ

万能たれなど、簡単に作れて料理に応用のできるソースを教わります。お豆腐やき、大豆モヤシごはん、栄養たっぷりの干しタラのスープを作ります。

12/6(火)
10時30分～13時

クッパと漬物

腸内の働きを活発にする乳酸菌が豊富な漬物をぜひ手作りしましょう。今回はイカと大根の漬物(イカキムチ)とキムチ入り大豆もやしクッパを作ります。

場 所：生活クラブ生協本部2階 (JR 埼京線「中浦和」駅下車 徒歩 3 分)

講 師：李 愛敬(イ・エギョン) さん

韓国ソウルでは料理教室の先生、日本では韓国語の先生、さいたま市内では地域の料理講習開催・インテリアコーディネーターとしても活躍。

参加費：各 2,800 円 ※材料費込み

大人の学校からのお願い…キャンセル待ちの方や材料の準備の都合があります。お申し込み後のキャンセルの際は必ず連絡ください

持ち物：エプロン・三角巾・筆記用具

主催 NPO法人 大人の学校

さいたま市南区别所 5-1-11 USK ビル

電話/FAX 048-866-9466

メール otonano-gakkou@ocn.cure.ne.jp