

sweets lotus



Text Size : A A A

| [news](#) | [profile](#) | [diary](#) | [work](#) | [lesson](#) | [recipe](#) | [event](#) | [restaurant](#) | [contact](#) | [link](#) |

Tue.04.21.2015

●4月のレッスン

4月のレッスン、好調に後半も飛ばしています。
今月メニューは、
「本格サムゲタンがおうちで簡単に！ 麴を使った韓国デトックスおかず」

定期的に行っている人気の麴集中レッスン、
今回は韓国ヘルシー料理がテーマです。
体調を崩しやすい春、カラダを調べてくれる、
塩麴・醤油麴・甘麴(自家製生甘酒)の作り方のデモンストレーションと、
それぞれの調味料の使いこなし方、
それらを使った人気韓国料理を作ります。

麴を生活に取り入れると、美肌、アンチエイジング、
免疫力UP…とカラダに良いことづくめ。
麴の作り方をしっかり学んで、アレンジの仕方も習得でき、
人気韓国料理もしっかり学べ、
その日から使える手作り麴調味料3種やお赤飯もプレゼント、

という盛りだくさんで太っ腹なwレッスンです。

- 簡単！甘麴鶏の小豆入り本格サムゲタン
- もちり手作りトッポギと春野菜の屋台風 醤油麴風味
- 春ニラと空豆のサクふわ海鮮チヂミ 塩麴と自家製海老ラー油だれ



いただきま〜す♪



洗米も浸水も不要の、アルファ食品さまのアルファ化お赤飯を使った、サムゲタンが、毎回好評です！



こちら、洗米・つけ置き不要、普通の白米より楽に炊けて、
もっちりふっくら美味しい！という、
ミラクルな「丹波大納言小豆の赤飯」。(Click!)

取材記事は、こちら。(Click!)



浸水いらずであつという間に炊けるので、料理の合間にささ
っとデモをして、その場で炊きたてもご試食もいただいでま
す。



お一人1箱のお土産付き。皆さん、毎回喜んでいただけて、
嬉しい♪



作りたての「海老たっぷりの食べるラー油」、サムゲタンにつ
ける「自家製ネギ胡麻醤油麴だれ」、チヂミにつける「塩麴

ポン酢ピリ辛だれ」など、それだけでお酒のアテになる手作りだれが、思いの外大人気！たれの妖精「たれみ～な」としては、嬉しい限りw



空豆や春ニラなど野菜たっぷりの海鮮サクふわチヂミは、この海老ラーと塩麴ヤンニョムと、2種の自家製だれで味わいます。



手作りトッポギの屋台。「こんなに簡単に作れて、市販のトッポギよりはるかに美味しい！」と、みなさん感動していただきます。

女子には嬉しい、美肌 & 免疫力UPメニューです。



「ムムポテト」の作り方や、お野菜をたっぷり使った副



クックパッド料理教室 福島教室

少人数で楽しくお料理♪自宅でのアットホー



【日程追加】本格サムゲタンが家で簡単に！麴を使った韓国デトックスおかず

東急田園都市線 用賀駅



上用賀教室
笑いのたえない楽しいレッスンで、お料理がさらに好きになれます



5月も追加！☆焼き豚一本♪春の中華おこわ&オリゴ糖でフルーツポンチ！

JR中央・総武線 高円寺駅



高円寺教室
お料理を楽しく「おいしい毎日ごはん」を一緒に！



春夏向けのやさしい基本の和食～初鯉のたたき・蒸し春野菜等全6品～

東京メトロ南北線 白金高輪駅



白金高輪教室
ワンランクアップの家庭料理を学んで、暮らしを楽しく豊かに♪

クックパッド認定料理教室では、4月レッスンは全国人気ランキング2位をいただきました。
ありがとうございます！

まだまだ4月レッスンは続きます。
後半戦は、週末と祝日、すべてダブルレッスン。
残り6回戦、がんばります♪

美奈のおしゃデリクッキング/美奈料理イベント/その他仕事

[Back](#)

[Old Log](#)

[Next](#)

[Admin](#) | [RSS](#)

[Petit Homepage Service](#)