
イタリアン料理に挑戦2 <第1回>

日時 平成30年9月12日(水) 9:30~12:30

講師 山口 裕子 先生

開講式



◎きのこのカルボナーラとフレッシュサラダ

今回は、「きのこのカルボナーラとフレッシュサラダ」の2品を作りました。パスタは、生地から練り上げ、クリームソースと絡めて出来上がり。サラダは、米油を使ってヘルシーでさっぱりした味つけに。完成後は、皆さんおいしそうに召し上がっていました。次回も楽しみです。



イタリアン料理に挑戦2 <第2回>

日時 平成30年10月17日(水) 9:30~12:30

講師 山口 裕子 先生

◎カネロニのトマトソースとスープ

今回は、トマトソースのカネロニパスタと、ごぼうなどの根菜スープを作りました。トマトの酸味が効いたパスタと、優しい味のスープが完成。また、次回も楽しみです
ね。



イタリアン料理に挑戦2 <第3回>

日時 平成30年11月14日(水) 9:30~12:30

講師 山口 裕子 先生

◎ストラッチグラタン・シーフードサラダ

今回のパスタ生地は薄く伸ばしてグラタンへ。
カロリーが高いので、使う調味料も、こめ油やオリーブ油とこだわっています。
たまごを1こ真ん中へ落として、栄養もばっちりです。
あっさりサラダを添えて、おいしいランチができました。

