

# 盛岡ガスフランメ 9月料理教室案内

全教室抽選とさせていただきます。  
ご当選の方には、締切後5日以内に案内を郵送いたします。  
ご案内ハガキの内容をご確認のうえ、ご参加ください。  
当選の方以外には、ご連絡いたしません。  
予めご了承のうえ、ご応募願います。



Instagram公開中！

9/1(水) 10:30~13:30

comfort dining DADA

村松 卓哉先生

～お腹を大切にする日(10/7)向け～

- ・蕪の温かいスープ
- ・鶏もも肉と根菜の蒸し煮

タブルー添え

参加費：税込 2,500 円

8/21  
締切

9/10(水) 14:00~16:00

造り菓子 竹芳 二代目

長澤 武久先生

～季節の和菓子～

- ・月見団子
- ・豆かん
- ・煉切

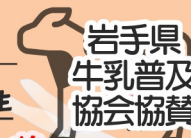
参加費：税込 2,500 円

8/28  
締切

9/11(木) 10:30~13:30

クッキングアドバイザー

下田 真紀子先生



～お彼岸に作る惣菜～

- ・乳和食のさつま芋の黒ゴマおこわ
- ・ミルクごま豆腐
- ・味付けかんたん煮しめ
- ・蒸しパン

参加費：税込 1,650 円

9/1  
締切

9/13(土) 10:30~13:30

クッキングアドバイザー

下田 真紀子先生

～おだしの日(10/28)向け～

- ・秋ナスのとろけるマーボ
- ・食卓に優しいビビンバ
- ・だし漬け野菜3種
- ・抹茶あんみつ

参加費：税込 2,500 円

9/1  
締切

9/25(木) 10:30~13:30

日本料理 ひで蔵 親方

山口 秀治先生

～骨と関節の日(10/8)向け～

- ・鰯を捌いて  
南部揚げと骨せんべい
- ・秋茄子の揚げ浸し

参加費：税込 2,500 円

9/15  
締切

9/27(土) 10:30~13:30

ABC cooking studio ブレット講師

佐藤 久美子先生

～シナモンロールの日(10/4)向け～

- ・スパイスシナモンロール
- ・ズッキーニの豚肉ロール
- ・ミニトマトあめ

参加費：税込 2,500 円

9/15  
締切