



管理栄養士 沼津りえの 家庭で作れる本格点心教室 ～桂花陳酒での乾杯付き！～



◆ ◆ メニュー ◆ ◆

- ・ 桂花陳酒の炭酸割（アルコール有・無）
※白ワインに金木犀を漬け込んだお酒で、アルコール有・無を選択いただけます。
- ・ 竹の皮で包む香り豊かな手作り〈中華ちまき〉
- ・ ジューシーでしっとり〈しゅうまい〉
- ・ 生地から手作りホカホカ〈肉まん〉
- ・ ゴマ香るもちもち〈ごま団子〉
- ・ 食後のウーロン茶

◆ ◆ 概要 ◆ ◆

- 日にち * 11月8日（土）
- 時間 * 10:30～13:30
- 場所 * 2階 料理室
- 参加料 * 3,500円（材料費込）
- 定員 * 20名
- 対象 * 18歳以上の方
- 持ち物 * エプロン、筆記用具

【注意事項】

- ・ 食物アレルギーがある方は、事前にお問い合わせください。
- ・ 調理中は出来る限りマスク着用をお願いいたします。
- ・ 髪の毛が長い方は、しばったりまとめたりしてください。
- ・ 受講中による怪我、事故に関する責任は負いかねます。
- ・ 20歳未満の方、車でご来場の方には、ノンアルコール版のご提供となります。
- ・ お客様都合によるキャンセル・変更・返金はできませんので、予めご了承ください。

◆ ◆ お申込み ◆ ◆

2025年9月8日（月）9:00～完売次第終了
『teket』にて受付いたします。

※原則キャンセル・返金はできませんので、
予めご了承ください。

右のQRコードからご登録・お申込みをお願いいたします。



管理栄養士・調理師・料理教室 cook 会主宰

講師：沼津りえ

大手食品メーカーで管理栄養士として従事。その後、老舗洋食レストランに勤務し料理の腕を磨き料理家として独立。都内を中心に料理だけでなくパンやスイーツなど、様々なコースの料理教室を開き幅広い年代層に支持されている。管理栄養士の知識をいかした食材のうまみを引き出す作りやすいレシピに定評がある。企業のレシピ開発、新聞、テレビ、雑誌などメディアでも活躍中。近著に「ごま油さえあれば」（小学館）、「切って漬けるだけ！しもしみ野菜」（ナツメ社・6月発売）など著書多数。

お問い合わせ

セシオン杉並総合案内 電話：03-3317-6611

（9:00～21:00・第2木曜除く）

セシオン杉並
公式ホームページも
ご覧ください。

