

# 旅

## するキッチン

# INDONESIA

料理で世界一周！現地の話や文化も楽しい！

# インドネシア 料理編

参加費

3,000円

材料費・講習費を含む

2026

4/26日

受付12:45

13:00～

15:30

会場 セシオン杉並 料理室

交通 丸ノ内線 東高円寺駅

徒歩5分・高円寺陸橋そば



講師

フィリップス美穂さん

インドネシア育ち。多文化環境で育った感性を活かし、「ママのためのやさしい帝王学」で陰陽五行の講師。母親支援や地域交流にも取り組む。

今回のこんだて



伝統食で大人気の「nasi goreng」、噂のスーパーフード「tempeh」新感覚串焼き「sate」を人気のビントアンビールと味わいます

参加の注意

- ・調理中はエプロン・三角巾・マスク着用必須です
- ・食器拭き2枚、手拭き1枚をご持参ください

今回はアルコール提供があるので  
お子様の参加は不可です

お申込  
お問合せ

セシオン杉並 総合案内

電話:03-3317-6611 (受付時間9:00～21:00 第2木曜日を除く)

Mail:sesion-office@tokyu-com.co.jp (お名前・連絡先をお知らせください)

主催:セシオン杉並指定管理者(東急コミュニティー・東急文化村・協和産業共同事業体) 共催:一般社団法人ハイコラ