

かりや商人大学 第14弾

# フライパンで作る絶品魚料理 初心者歓迎のクッキング教室



大好評の“クッキング教室”今回のテーマは、『フライパンひとつで作る、お手軽魚料理』と題し、NHKの料理番組にも出演された料理研究家 **羽谷 憲子 氏** (キッチンスタジオクック 主宰) を講師に迎え開催致します。

フライパンには「炒め物専用」のイメージがありますが、「焼く」「炒める」「蒸す」「揚げる」「煮る」など、万能の調理器具です。その使いこなし術をご教授頂き、今回は、簡単で美味しく、オシャレな魚料理を3品ご紹介頂きますので、お気軽にご参加ください。

(こんな時に役立つ絶品料理です！)

- ・魚料理のレパートリーが少ない！
- ・我が家の「定番魚メニュー」が欲しい！
- ・時間がない！手間をかけられない！短時間調理のコツを教えてください！
- ・洗い物のことまで考えると憂鬱になる…
- ・魚料理は味付けが難しい…
- ・実は魚料理はほとんど作ったことがない…

- 日 時 平成29年11月13日 (月)
- 時 間 18時30分 ~ 20時20分 (食事時間を含む)
- 講 師 料理研究家 羽谷 憲子 氏 (キッチンスタジオクック 主宰)
- 場 所 刈谷市総合文化センター 3階 調理実習室
- 定 員 15名 (先着順)
- 持ち物 エプロン、手をふくハンドタオルやハンカチ
- 参加費 お一人 500円 (材料代・広報費の一部負担として、当日に徴収します)
- 申込期間 10月16日 (月) ~ 10月20日 (金) (必着)



キッチンスタジオクック [検索](#)

## 申込先・問合せ先

①郵便番号、住所 ②氏名 (フリガナ) ③年齢 ④電話番号 ⑤講座名をハガキの郵送またはFAXにて刈谷商工会議所までお申込み下さい。

なお、受付は先着順とさせていただきます。

〒448-8503 刈谷市新栄町3-26

TEL: 21-0370 FAX: 24-6049

刈谷商工会議所 担当: 伊藤まで