

2019年
1・2月
のスケジュール

スマイルキッチン

2019

「毎日の献立が思いつかない…」 「いつもと違う事をやってみたい!」 「コンロを使いこなす自信がない…」是非参加してみませんか?

入間ガスをお使いでない方・入間市以外にお住いの方もご参加いただけます※お申込方法は裏面をご覧ください。

<p>1day パンレッスン 1/9 (水)</p> <p>OK</p> <p>MENU</p> <ul style="list-style-type: none"> ●じゃがベー&コロッケパン <p>ジャガイモを使った惣菜パン2種。どちらも簡単で、誰からも喜ばれるメニューです。</p> <p>開催時間 10:00~13:30 講師 パン教室 Ohana 鈴岡利子</p> <p>受講料 2000円 申込み 12/24 定員数 14名</p>	<p>つくりおきレシピ 1/10 (木)</p> <p>OK</p> <p>MENU</p> <ul style="list-style-type: none"> ●キーマカレーのつくりおき ●グリルdeカレードリア ●ブロッコリー&カリフラワーサラダ ●コーヒープリン ●コーヒーマドレーヌ(持ち帰り) <p>カレーのつくりおき&コーヒのおやつを楽しみましょう。</p> <p>開催時間 11:00~13:00 講師 スマイルキッチン スタッフ 西澤</p> <p>受講料 1000円 申込み 12/24 定員数 16名</p>	<p>イタリアマンマの食卓 1/11 (金)</p> <p>image picture</p> <p>MENU</p> <ul style="list-style-type: none"> ●新年のご挨拶企画 ●バーニャカウダパーティ ●ポネ ●トンボラ! <p>イタリア北部のオイル鍋でわいわいパーティ。恒例のピンゴゲーム付き!</p> <p>開催時間 10:00~13:00 講師 フードコーディネーター 佐々木綾子</p> <p>受講料 2000円 申込み 12/24 定員数 16名</p>	<p>お子様連れOK! ワンコインおやつ 1/11 (金) 1/28 (月)</p> <p>OK</p> <p>MENU</p> <ul style="list-style-type: none"> ●ほうじ茶ブラウニー <p>大人バレンタインレシピ!ほうじ茶を使った、上品な仕上がりです。(パウンド型1台) ※託児サービスなし</p> <p>開催時間 14:00~15:30 講師 スマイルキッチン スタッフ 西澤</p> <p>受講料 500円 定員数 16名 1/11-12/24 1/28-1/21</p>	<p>NEW セルフストレッチ&ダイエットランチ 1/16 (水)</p> <p>MENU</p> <ul style="list-style-type: none"> ●酵素サラダ ●雑穀米 ●カレー風味のチキンステーキ ●ひじきと豆のスープ <p>ダイエットやアンチエイジングの為にストレッチと食事のご提案※お客様による調理はありません。</p> <p>開催時間 10:00~12:30 講師 ダイエットマスター ファスティング指導士 網田 和子</p> <p>受講料 1500円 申込み 1/7 定員数 16名</p>
<p>お子様連れOK! セルフストレッチ&ティータイム 1/16 (水)</p> <p>MENU</p> <ul style="list-style-type: none"> ●酵素スムージー ●大豆粉入りビスコッティ <p>ダイエットやアンチエイジングの為にストレッチとヘルシーなおやつを楽しみましょう! ※託児サービスなし ※お客様による調理はありません。</p> <p>開催時間 14:00~15:30 講師 ダイエットマスター ファスティング指導士 網田 和子</p> <p>受講料 1000円 申込み 1/7 定員数 16名</p>	<p>家族の救急箱 台所業膳 1/17 (木)</p> <p>MENU</p> <ul style="list-style-type: none"> ●「気功」と「養生食」 ●薬膳カレー ●豆乳ラッシー ●野菜のピクルス <p>気功は身体の中の気血の巡りを良くします。薬膳と一緒に取り入れて体調改善してみませんか?カレーを煮込んでる間に気功をします。</p> <p>開催時間 10:00~13:00 講師 薬膳キッチン HANA 高木映子</p> <p>受講料 2000円 申込み 1/7 定員数 16名</p>	<p>プロに教わるおうち中華 1/18 (金)</p> <p>MENU</p> <ul style="list-style-type: none"> ●海老蒸し餃子 ●ニラ餃頭 ●シュウマイ ●ピーナッツと干し貝柱のお粥 <p>点心作りに挑戦!おうちで作れる本格中華を学ぼう!</p> <p>開催時間 10:00~13:00 講師 チャイニーズ ガーデン三眞敬孝 牛木法隆</p> <p>受講料 2000円 申込み 1/7 定員数 16名</p>	<p>24日お子様連れOK! ガス火deごはん 1/18 (金) 1/24 (木)</p> <p>OK</p> <p>MENU</p> <ul style="list-style-type: none"> ●炊飯鍋編~ ●生姜たっぷり炊込みおこわ ●プチおかず付 <p>人気!リクエストのおこわレシピ。冬のぼかぼかごはんを楽しみましょう。(2人分お持ち帰り) ※試食なし ※託児サービスなし</p> <p>開催時間 14:00~15:00 講師 スマイルキッチン スタッフ 西澤</p> <p>受講料 500円 定員数 16名 1/18-1/17 1/24-1/14</p>	<p>大好評! Ohanaの味噌作り 1/21 (月)</p> <p>OK</p> <p>MENU</p> <ul style="list-style-type: none"> ●味噌作り ●自家製味噌でつくる豚汁(試食) ●ガス火ごはん(試食) <p>今年も味噌の仕込み時期がやってきました!みんなで賑やかに楽しく味噌作り! ※仕込んだ味噌5kg 1kg程度お持ち帰り予定。</p> <p>開催時間 10:30~13:00 講師 パン教室 Ohana 鈴岡利子</p> <p>受講料 2500円 申込み 1/14 定員数 12名</p>
<p>初めての方限定! トライアル教室 1/22 (火)</p> <p>MENU</p> <ul style="list-style-type: none"> ●親子丼 ●白和え風サラダ ●季節の味噌汁 ●グリルde抹茶のプチケーキ <p>★料理教室ってどんなところ?ワンコインで体験! ※既にスマイルキッチンに参加された方は、初めての方と一緒に申込下さい!</p> <p>開催時間 11:00~12:30 講師 スマイルキッチン スタッフ 西澤</p> <p>受講料 500円 申込み 1/14 定員数 8名</p>	<p>つくりおき&コンロdeスイーツ 1/23 (水)</p> <p>OK</p> <p>MENU</p> <ul style="list-style-type: none"> ●麻婆大根のつくりおき ●お好み焼き風 ●麻婆大根でノンフライコロッケ(持ち帰り) ●コンロdeココアバナナケーキ <p>あまり作らない麻婆大根!意外と便利!つくりおきです!</p> <p>開催時間 14:00~15:30 講師 スマイルキッチン スタッフ 福井</p> <p>受講料 1000円 申込み 1/14 定員数 16名</p>	<p>自家製レーズン酵母のパンと一品料理の会 1/24 (木)</p> <p>OK</p> <p>MENU</p> <ul style="list-style-type: none"> ●ベーコンエピ ●塩豚の和風ポトフ <p>美味しい天然酵母のパンを焼いてみませんか?レーズン酵母の起こし方から、丁寧にレッスンします。</p> <p>開催時間 10:00~13:00 講師 パンのちの恵と武内恵美子 武内恵美子</p> <p>受講料 2000円 申込み 1/14 定員数 12名</p>	<p>NEW 暮らしと器と! シーズニングキッチン 1/25 (金)</p> <p>MENU</p> <ul style="list-style-type: none"> ●~studio m'の食器で楽しむスイーツランチ~ ●チャイスパイスで作るバナナトースト ●ハーブソルトのカプレーゼ ●オーストラリアのコーヒー(美味しい淹れ方) <p>テーブルウェアとcafé道具を使って、美味しいシーズニング料理をご紹介します。</p> <p>開催時間 10:00~13:00 講師 ライフコーディネーター 椎葉 京子</p> <p>受講料 1500円 申込み 1/14 定員数 16名</p>	<p>子ども料理教室 1/26 (土)</p> <p>MENU</p> <ul style="list-style-type: none"> ●絵本で見つけた美味しいレシピ! ●のりまき(恵方巻) ●茶碗蒸し <p>絵本に出てくる料理を再現! 節分の行事食! のりまきを作ろう!</p> <p>開催時間 10:00~12:00 講師 スマイルキッチン スタッフ 松井</p> <p>受講料 小学生・500円 定員数 16名 1/14</p>
<p>男性限定! ザ★男のキッチン 1/28 (月)</p> <p>MENU</p> <ul style="list-style-type: none"> ●やわらか豚の角煮 ●ほうれん草のお浸し ●茶碗蒸し ●まるごとみかん大福 <p>お料理が好き、同じ趣味のお友達を作りたい方などお気軽にご参加ください。</p> <p>開催時間 11:00~13:00 講師 スマイルキッチン スタッフ 松井</p> <p>受講料 1000円 申込み 1/21 定員数 16名</p>	<p>季節のお菓子 1/29 (火)</p> <p>OK</p> <p>MENU</p> <ul style="list-style-type: none"> ●さつまいもりんごのパイ <p>甘く煮たさつまいも、りんご、レーズンをパイに詰めます。ご自分で折ったパイ生地はお土産に。当日は冷凍のパイシートを使って焼き上げます。</p> <p>開催時間 10:00~13:00 講師 お菓子教室主催 かつらまちこ</p> <p>受講料 1500円 申込み 1/21 定員数 10名</p>	<p>野菜たっぷり!ゆるベジ教室 1/30 (水)</p> <p>MENU</p> <ul style="list-style-type: none"> ●鯖と豆腐のふんわりハンバーグ ●カリフラワーとジャガイモのスライス炒め ●エスニック風大根サラダピーナッツソース ●季節の根菜汁 ●青葉飯柚子胡椒風味 <p>お野菜が美味しく、たっぷり摂れるレシピをご紹介します!</p> <p>開催時間 10:00~13:00 講師 豆と野菜 佐藤 弥生</p> <p>受講料 2000円 申込み 1/21 定員数 16名</p>	<p>お子様連れOK! ワンコインおやつ 2/1 (金) 2/25 (月)</p> <p>OK</p> <p>MENU</p> <ul style="list-style-type: none"> ●桃のケーキ <p>HM使用♪お花型の可愛いケーキをつくりましょう。(15cm丸型1台) ※託児サービスなし</p> <p>開催時間 14:00~15:30 講師 スマイルキッチン スタッフ 西澤</p> <p>受講料 500円 定員数 16名 2/1-1/21 2/25-2/18</p>	<p>美味しいヘルシー! 今日から使えるお豆腐料理 2/5 (火)</p> <p>MENU</p> <ul style="list-style-type: none"> ●イングリッシュマフィン ●エッグベネディクト ●温野菜のサラダ~豆腐ディップ~ ●チョコロス <p>お豆腐のアレンジレシピを学ぼう!</p> <p>開催時間 10:00~13:00 講師 パンのちの恵と武内恵美子</p> <p>受講料 2000円 申込み 1/28 定員数 16名</p>
<p>プロに教わるおうち中華 2/6 (水)</p> <p>MENU</p> <ul style="list-style-type: none"> ●よだれ鶏 ●カニ豆腐 ●黄ニラのワンタンスープ ●ガス火ごはん <p>おうちで作れる本格中華を学ぼう!</p> <p>開催時間 10:00~13:00 講師 チャイニーズ ガーデン三眞敬孝 牛木法隆</p> <p>受講料 2000円 申込み 1/28 定員数 16名</p>	<p>14日お子様連れOK! ガス火deごはん 2/6 (水) 2/14 (木)</p> <p>OK</p> <p>MENU</p> <ul style="list-style-type: none"> ●~フライパン編~ ●フライパンde白菜グラタン ●ミニサラダ付 <p>ガスを上手に使った、夕飯作り♪(2人分お持ち帰り) ※試食なし ※託児サービスなし</p> <p>開催時間 14:00~15:00 講師 スマイルキッチン スタッフ 西澤</p> <p>受講料 500円 定員数 16名 2/6-1/28 2/14-2/4</p>	<p>おうちフレンチ 2/7 (木)</p> <p>image picture</p> <p>MENU</p> <ul style="list-style-type: none"> ●バレンタインメニュー ●鶏肉のフレンチ風モーレ(スパイシーなチョコレートソース) ●カオ香るさっぱりサラダ ●一口お茶チョコ <p>メキシカン風のモーレをフレンチ風にアレンジ。スパイシーなチョコレートソースが印象的な味わいです。</p> <p>開催時間 10:00~13:00 講師 フードコーディネーター 佐々木綾子</p> <p>受講料 2000円 申込み 1/28 定員数 16名</p>	<p>NPO法人 入間市文化創造ネットワーク主催 ゆったりランチコンサート 2/8 (金)</p> <p>MENU</p> <ul style="list-style-type: none"> ●ハッシュドビーフ ●コールスローサラダ ●バナナチョコパイ風 <p>音楽と一緒にバレンタインランチを楽しみましょう! ※簡単な調理があります。</p> <p>~演奏予定曲~</p> <ul style="list-style-type: none"> ●アヴェマリア ●すずかけの道 ●エターナルストーリー 他 <p>トランペット 佐藤 未歩 (Sato Miho) 札幌市立旭丘高等学校出身。2016年3月に武蔵野音楽大学ヴォーカルコース卒業。現在はフリーランスのトランペット奏者。</p> <p>トロンボーン 戸田 翔子 (Toda Shoko) 埼玉県立芸術総合高等学校出身。国立音楽大学卒業。現在、フリー奏者として演奏活動をしながら、吹奏楽部などの指導にもあたっている。</p> <p>開催時間 11:00~13:00 講師 スマイルキッチンスタッフ</p> <p>受講料 1500円 申込み 1/28 定員数 32名</p>	