

11 November



11/12 木 手づくりせっけん



クリスマスせっけん

『クリスマスのハーブ』を使用したせっけんを作ります。
* 持ち物: エプロン・ゴム手袋・1L牛乳パック空き容器2個・スプーン
タオル

10:30-12:30 定員:8名 受講料:3,500円
講師: はまぐちみゆき

11/18 水 おうちフレンチ番外編



雑穀づかいの中華おかず

・海老とモチアワのワンタン
・クラゲと鶏ささみ肉の和え物
・ピータン豆腐
・他2品

10:00-13:00 定員:10名 受講料:3,000円
講師: Le Chat Botté 主宰 雑穀アドバイザー やすまゆかり

11/19 木 畑のご馳走 by kitten遊び



手作り葉巻納豆♪

葉に大豆を包んで作る本格納豆を作ります♪なぜ、納豆になるのか、知識もつく大人の自由研究講座。葉巻2本の納豆を保温用の発泡スチロールに入れて、お持ち帰り。
* 納豆を楽しむランチ付

10:00-13:00 定員:10名 受講料:3,000円
講師: 女子栄養大学生涯学習講師 吉田敦子



11/20 金 箱庭教室



クリスマス箱庭作り

オリジナルのミニチュア作りと多肉植物の寄せ植えで癒しの箱庭作り♪
* サイズ: 約8×12cm
* コーヒー・おやつお持ち帰り

10:00-12:00 定員:8名 受講料:2,000円
講師: Shokonature 山本勝子



11/25 水 ふんわりぱん教室



ウインナー&シナモンロール

1つの生地から大人気のロールパン2種を作る欲張りメニューです。
* 18cm3本・15cm3個

10:00-12:30 定員:8名 受講料:2,000円
講師: えちこママ



11/26 木 特別クラス クッチーナ イタリアーナ ラ パチマダ Cucina italiana La paciada

- ・骨付き鶏もも肉とキノコのフリカッセ
鶏肉をキノコと白ワインと生クリームで煮込みます。乾燥ポルチーニを加えるので、香り高くとても美味しく仕上がります。
- ・里芋のグラタン



伊勢原駅北口から徒歩5分の場所にあるイタリア料理店。

シェフ自ら育てた自家農園の野菜を使用し、持ち味を十分に引き出すための食材の組み合わせと丁寧な火入れ、味付けにこだわりその日の旬の素材でメニューを組み立てております。夏には南イタリア料理、冬には北イタリア料理をお楽しみいただけます。

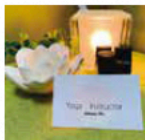
オーストラリア、イタリアや都内のレストランで修業後2013年冬『お家がイタリアンレストランに』をコンセプトに出張レストランを始め、その後2016年に現在のお店をオープン。



伊勢原市伊勢原1-3-26
Lunch/11:45-13:30 L.O. Dinner/18:00-20:00 L.O. 定休日 月曜日(祝祭日の場合、翌火曜日)
TEL.0463-68-8298 <https://www.facebook.com/lapaciada/h/>



11/30 月 アロマヨガ



アロマの香りに包まれながら心地よくヨガのポーズで身体をほぐし、伸ばし、引き締めていきます。初心者の方も是非ご参加下さい。
* 持ち物: お飲み物・ヨガマット又はバスタオル

10:00-11:30 定員:10名 受講料:1,200円
講師: 関水利恵



11:00-13:00 定員:8名 受講料:3,000円
講師: オーナーシェフ 原博之

