

11月1日より受付開始！

# スピードクッキング教室 ビギナーズ

簡単スピードクッキング

仕事帰りでお腹がすいていても、素早く作れる！  
初心者向けの料理を作ります。

- ・チキンフリカッセ
- ・サーモンのエスカベッシュ
- ・緑黄色野菜のサラダ  
バルサミコソース仕立て
- ・キャロットケーキ



(イラストはイメージ)

日時：令和6年 12月20日（金）  
18:30～20:30

会場：勤労福祉会館 料理室

講師：千葉 聖子（料理研究家）

定員：16名（申込順）

費用：2,000円

持ち物：マスク、エプロン、三角巾（バンダナ）



申込方法：窓口または電話にてお申し込みください。

申込後、都合が悪くなった場合は、早めにご連絡をお願いします。  
材料調達の都合により、当日のキャンセルはなさないように  
お願いします。

申し込み・問い合わせ：練馬区立勤労福祉会館  
練馬区東大泉5-40-36  
TEL 03-3923-5511  
(受付時間 9:00～21:00)