

第3回 RIKA S KITCHEN

かわさきそだち De イタリアン

料理研究家・高橋りかのイタリア料理教室

【かわさき・ふれあい広場 Umeh 塾】

主催：食の安心・安全行動提起・実行グループ Uzumaki

かわさきそだちを使って～新感覚のイタリア料理！

<当日のレシピ>

アンティパスト（前菜）

■ じゃがいものフォカッチャ

プリモピアット（第一の皿） パスタ料理やリゾットなど

■ レンズ豆と野菜のスープ

セコンドピアット（第二の皿） メイン料理

■ 鶏胸肉のソテー・レモンバターソース

* 別にサラダが付きます。

* イタリア料理情報もお楽しみに・・・



<高橋 りか先生のプロフィール>

ご自身がイタリア人では？と思うほどイタリアが大好き！

年に一度はイタリアを訪れ、シチリアや南イタリアを何度も一人旅し、現地の家庭やアグリツーリズモに宿泊し、直接マンマの味を習うなど～行動的で熱意あふれる魅力的な方です～お楽しみに！

日時：平成24年1月28日（土）午後1時30分～3時30分

場所：川崎市中原市民館 料理室

川崎市中原区新丸子東 3-1100 12

パークシティ武蔵小杉ミッドスカイタワー 1・2階

TEL：電話 044-433-7773

講師：高橋 りか（料理研究家・ワインソムリエ・食育インストラクター）