

みんなでお料理 国際親善

おいしいヘルシー料理を作ってみよう

ベトナム料理教室

第2、3回



第2回



第3回



教室のご案内

1. 日時 ① 9月15日(月) 10:30~13:30
場所 仙台中央市民センター (223-2516)

- ② 9月21日(日) 10:30~13:30
仙台中央市民センター (223-2516)
15分前集合、試食タイム込

2. 定員 20名(先着順)
グループでの参加や設定日以外の
日時のご希望、相談賜ります。
3. 会費 3,800円(税込) 当日お支払です。

4. メニュー(第2回)

- ① ミークアン(ターメリック風味のうどん)
- ② 生春巻き
- ③ トロピカルフルーツと
タピオカ入りココナツミルクの千歳

(第3回)

- ① 蒸し春巻き
- ② カニとホワイトアスパラのスープ
- ③ しょうが風味豆腐と
ココナツミルクの千歳

5. 持ち物 エフロン、お手拭、筆記用具
必要によりお持ち帰り容器、カメラ等

6. 講師 阿部ホンニャン



ベトナム、ホーチミン市出身
宮城野区仙石在住歴16年のベトナム人
ベトナム料理 Chao シェフ(現在休業中)
仙台放送「あらあらかしこ」
ミヤギテレビ「OHI パンデス」
東北放送「ラジオな気分」など取材多数

7. 主催 宮城ベトナム国際交流の会

8. 申し込み先 阿部

TEL/FAX 022-259-9283

e-mail chao-cafe@live.jp

参加ご希望の方はお名前、連絡先電話番号、参加日をご連絡ください。

ベトナムのお話など交えながら楽しいひと時を過ごしましょう。

予告* カニとトマトのブン、鶏ささがきとグレープフルーツのサラダ、エスニック風鶏煮込み etc.