

2024年 夏季特別講座

# 世界のカレー

夏に向かって特別企画「カレー講座」を2回コースで開催します。

素材のおいしさが際立つ！世界のカレー

ルーを使わず手作りのスパイシーな香りをお楽しみください！

毎年大人気のコース。お友達とお誘い合わせの上、ふるってご参加ください。



## Lesson 1 チキン

7月25日(木) 18:30～

- インド風スパイシーカレー（ホット）
- タイ風グリーンカレー（マイルド）

## Lesson 2 シーフード

8月1日(木) 18:30～

- インド風スパイシーカレー（ホット）
- フランス風マイルドカレー（マイルド）

カレーに使われるスパイスには、共通して発汗、健胃、抗酸化作用があります。

発汗作用と新陳代謝や胃腸の働きを高め、食欲を増進させて疲労を回復するなどの効果を持っています。

また殺菌作用も高く、食べ物の腐敗を防ぐ効果も・・・！免疫力をつけて、コロナに負けない体づくりをしましょう！

- ★ 定員：各回 12名（最少催行人数4名）
- ★ 持ち物：エプロン、筆記用具、厚手のハンドタオル
- ★ 費用：1レッスン 6,050円 2レッスン12,100円（テキスト、材料費、消費税込み）
- ★ お支払い方法：ご入金は、お申し込み後1週間以内に学院受付でお支払いいただくか、下記の口座にお振込み下さい。

振込先：みずほ銀行 市ヶ谷支店  
普通口座 0519147  
口座名 江上料理学院

※開催日1週間前からのキャンセル・返金はできませんので、ご出席できない場合は、代理の方をご紹介ください。

※アレルギーや調理中の怪我等には、当学院では一切責任を負いかねますので、予めご了承ください。

お申込み・お問い合わせは

江上料理学院 TEL 03-3269-0281

〒162-0846

新宿区市谷左内町21

JR線・東京外有楽町線  
南北線・都営地下鉄新宿線

市ヶ谷駅 徒歩3～4分

URL

<http://www.egami-cooking.co.jp>