

平成24年度

食文化館

キッチンスタジオで

調理体験しよう!!

お申し込み/お問い合わせ

御食国 若狭おばま食文化館

TEL:0770(53)1000 FAX:0770(53)1036

季節の調理体験コース

費用:700円
所要時間:3時間

●月替りのメニューで、調理体験するコースです。

4	鶏団子煮込みソバ さわらとキノコのオイル焼 ワカメと麩の辛子和え 大豆かりんとう
5	梅の香寿司 牛肉のアスパラ巻き タケノコと空マメのうぐいす煮 おぼろすまし汁 ミルクカン
6	白ご飯 ジャガイモころっけ ほうれん草の海苔巻き レタスとかにかまスープ フルーツポンチ
7	エビピラフ いんげんと茹で玉子のマスタード和え カボチャスープ くずまんじゅう
8	冷やし中華 からあげカレー風味 切干ダイコンのトマトソース和え 梅ゼリー
9	鯖缶を使って押し寿司 キノコとかまぼこのマヨ和え そうめんすまし汁 お団子
10	白ご飯 野菜入りオムレツ 酢ずいき 秋のお味噌汁 リンゴのほったらかし
11	白ご飯 はまちの照り焼き アラ煮 お芋汁 にんじんカップケーキ
12	炊き込みご飯 中華風茶碗蒸し れんぼ 冬野菜味噌汁 でっちようかん
1	蒟蒻とニラの子デミ 里芋とコーンの和え物 玉ねぎと大根の真っ白ポタージュ コーヒーゼリー
2	白ご飯 カンタン回鍋肉 鯖のめた のっぺい汁 もちもち豆腐ボール
3	桃の節句 うら巻き寿司 鶏肉のオレンジソース煮 ひじきの白和え すまし汁 カフェオレ白玉

加工体験コース

●小浜の代表的なおみやげを作って、お持ち帰りいただくコースです。

<p>おいしさもボリュームも一番人気!</p> <p>実施:通年 所要時間:1時間</p> <p>4 5 6 7 8 9 10 11 12 1 2 3</p> <p>鯖の押し寿司 (1本)</p> <p>費用:1,500円</p>	<p>キュートでおいしい小浜の味!</p> <p>実施:通年 所要時間:45分</p> <p>4 5 6 7 8 9 10 11 12 1 2 3</p> <p>へしこ・小鯛のささ漬けで作る</p> <p>手まり寿司 (8個)</p> <p>費用:1,000円</p>
<p>職人さん気分を味わえるおもしろ体験①</p> <p>実施:4-6,10-3月 所要時間:2時間</p> <p>4 5 6 7 8 9 10 11 12 1 2 3</p> <p>かまぼこ作り</p> <p>*最大20名様 費用:600円 *体験終了後、仕上げ(蒸し)に1時間必要です。</p> <p>若狭おばま夏の風物詩</p>	<p>職人さん気分を味わえるおもしろ体験②</p> <p>実施:4-6,10-3月 所要時間:2時間</p> <p>4 5 6 7 8 9 10 11 12 1 2 3</p> <p>はんぺん作り</p> <p>費用:600円 *体験終了後、仕上げ(蒸し)に1時間必要です。</p> <p>小浜の冬の定番和菓子</p>
<p>実施:5-9月 所要時間:1時間</p> <p>4 5 6 7 8 9 10 11 12 1 2 3</p> <p>くずまんじゅう (8個)</p> <p>費用:500円</p>	<p>実施:10-3月 所要時間:1時間</p> <p>4 5 6 7 8 9 10 11 12 1 2 3</p> <p>でっちようかん (1パック)</p> <p>費用:500円</p>

貸し調理台

費用:調理台1台
3時間 500円

●食材等をご持参の上、自由に調理体験していただけます。

- 利用時間の目安 (1) 10:00-13:00 (2) 14:00-17:00 (3) 18:00-21:00
- 利用人数の目安 調理台1台につき8名様程度(調理台5台で最大40名様)
- *冷暖房費は別途必要です。



- *事前に予約が必要です。まずは、電話にてお問い合わせ・お申し込みください。
- *調理体験は4名様から、加工体験は1名様から受け付けます。
- *所要時間はおおよその目安です。*メニューは変更となる場合があります。
- *季節の調理体験のメニューは変更可能です。スタッフにご相談ください。