



講師  
海野 千代子先生  
とっても優しく  
男性に分かりやすく  
ご指導くださいました。



★炊飯器で角煮を作っている間に  
豚バラ肉巻きを作りました。  
調味料の分量を量ったり  
丁寧に美味しく作りました。





料理の後は、調理台をピッカピッカにお掃除して終了