

マイレッスンの様子(1月・魚クッキング)



2026.1.16

※マイレッスンは和食をテーマにしております。

※魚一尾を卸してもらい、和食料理を2〜3人分仕上げるスタイルです。

■ 料金は¥5,000円 (1部10時〜)



10:00〜先ず今回は鯛を卸して。



・松正水産の魚介類



・野口青果の野菜

・仕上がりはこんな感じです※写真は今回の盛り付け例。



・鯛の煮付け・鯛の甘酢漬け和風サラダ・鯛のちらし寿司



市場で買い物したり、食事が出来る楽しいひと時を体験してみませんか？

東部市場では、関連事業所棟

市場の食堂（写真右）を一般の人でも利用できます。

次回2月12日 木曜日 鯛です。

