

NEW ベターホーム 60周年企画

**初心者限定〈黒森洋司シェフが考えた はじめての料理～これから料理を始める方のために～〉を
2023年5月に開講します**

全国で料理教室を開催する一般財団法人ベターホーム協会(本部所在地:東京都渋谷区、理事長:大塚義幸、以下 ベターホーム)は、2023年5月に〈**黒森洋司シェフが考えた はじめての料理 ～これから料理を始める方のために～**〉を開講します。

家庭料理を始めて今年で60周年を迎えるベターホームが、中華の一流シェフ・**黒森洋司**氏に、プロの料理人の視点から「習ってうれしい家庭料理とは」をうかがい、形にした3回コース。「料理って楽しい!自分で作るとおいしい!」を多くの方に感じてもらいたい...そんな思いやこだわりが詰まった講習会です。

特徴① おなじみの人気料理が自分でおいしく作れるようになります

黒森シェフいわく「自分が作った料理は世界一おいしい!」。おなじみの人気料理を自分でおいしく作れるようになれば、きっと料理が好きになり、毎日の食生活が楽しくなります。

この講習会は、これから料理を始める初心者が対象。一口コンロのキッチンでも、こだわりの食材や調理道具がなくてもだいじょうぶ。作れるようになりたい定番料理のレシピには、**黒森シェフならではの工夫***が随所にちりばめられているので、だれかにごちそうしてあげたくなるほどおいしい料理が作れるようになります。

***例**

●五目チャーハン

- ・すべてコンビニエンスストアで揃えられる材料ばかり。思い立ったときに、手軽に作れるよう、材料選びを工夫しました。
- ・チャーハンといえば、中華鍋を強火であおりながらパラパラに仕上げるイメージですが、初心者には難しいので、フッ素樹脂加工のフライパンでもおいしく作る方法を伝授。火加減や卵の炒め方、ごはんを入れるタイミングなどを工夫すれば、パラパラでおいしいチャーハンの完成!



特徴② メイン料理は1人ずつ実習。しっかりと身につきます

メインの「五目チャーハン」「豚肉のしょうが焼き」「ポークハンバーグ」は準備からすべて1人で行います。先生の本を見たら、さあ作りはじめましょう! 実習中もベターホームの先生がやさしくサポートするから、はじめてでも安心、上達が実感できます。

特徴③ 食生活の知恵が身につきます

ハンバーグは作りやすい量で作って、すぐに食べない分は“作り置き”に。実用的な食生活の知恵も身につきます。

〈黒森洋司シェフが考えた はじめての料理～これから料理を始める方のために〉概要



期間	2023年5月開講 月1回・全3回コース ※8～10月、11～1月、2～4月も同じ内容で開催		
日程	会場により異なります。 ホームページやパンフレット同封の資料でご案内しています。		
実習時間	2時間15分		
会費	3回分 13,860円（税抜12,600円） ※ベターホームが初めての方は、入会金3,300円（税抜3,000円）が必要 ☆1回ずつ、チケットでも受講できます（販売は2023年4月20日～） 1回分 4,620円（税抜き4,200円）		
会場	（全国15カ所） ●ベターホームのお料理教室…銀座、池袋、横浜、梅田 ●ベターホームのお料理教室（スタジオ） …札幌、仙台、二子玉川、玉川学園前、北浦和、西千葉、南柏、名古屋、西田辺、 神戸住吉、烏丸御池 ※地図と住所は ホームページ に掲載		
定員	各クラス24名（スタジオは8名）		
持ち物	エプロン、三角巾(バンダナ)、筆記用具		
申込方法	ホームページまたは電話で受付（満員になり次第締め切り） ・HP https://www.betterhome.jp ・電話 03-3407-0471 （月～金 9：30～17：30、土・日 9：30～17：00、祝日 9：30～14：00） ※ パンフレットのご請求もお気軽にどうぞ		
実習料理	5月 （8月・11月・2月）  <ul style="list-style-type: none"> ●五目チャーハン ●わかめと玉子のスープ 	6月 （9月・12月・3月）  <ul style="list-style-type: none"> ●豚肉のしょうが焼き ●豆腐のみそ汁 ●青菜のおひたし 	7月 （10月・1月・4月）  <ul style="list-style-type: none"> ●ポークハンバーグ ●オニオンスープ ●サラダ・特製ドレッシング
	コンビニエンスストアでも手に入る材料でサッと作る中華の献立。お店のような強い火力にこだわらなくても、パラパラのチャーハンに仕上げるコツを伝授します。	しょうが焼き&キャベツのせん切りは、相性抜群の組み合わせ。だしはベターホームの“ 和風だしパック ”で手軽に。みそ汁とおひたしで、だしのうま味を味わいましょう。	ふんわりジューシーな「ポークハンバーグ」は自慢の1品になること間違いなし！ 2個で300gのボリュームも大満足のおいしさ。特製ドレッシングはお持ち帰りできます。

★考案者・黒森洋司シェフが、この会に込めた思いは[こちら](#)
(ベターホームのYouTube チャンネルにつながります)



考案者・黒森洋司シェフプロフィール

1976 年生まれ。28 歳で広東料理の名店「福臨門魚翅海鮮酒家」(二子玉川店)の日本人初の料理長に就任。東日本大震災後の 2011 年、仙台に移住し、2014 年「[楽・食・健・美 -KUROMORI-](#)」を開店。2018 年、農林水産省料理人顕彰制度「料理マスターズ」ブロンズ賞を受賞、2023 年、「[ゴ・エ・ミヨ 2023 年](#)」明日のグランシェフ賞受賞。宮城の食材を使い、シンプルながらも食材のうま味を最大限に引き出す料理は、多くの食通を魅了している。



▲黒森洋司シェフ

[ベターホームのお料理教室〈シェフに習う くろもりの中国料理〉](#)は、2016 年から続く人気講習会。
[〈黒森洋司シェフ監修 おいしい中華〉](#)[〈黒森洋司シェフ監修 うれしい中華〉](#)の監修もつとめる。

■一般財団法人ベターホーム協会について

1963 年創立。以来 60 年にわたり、料理教室や出版を通して食分野での消費者教育を行っています。「ベターホームのお料理教室」では、料理と栄養の知識、食材の買い方や保存のしかた、環境のことなど、食と暮らしについて総合的に教えています。

【組織概要】

名称 : 一般財団法人ベターホーム協会

代表者 : 理事長 大塚 義幸

所在地 : 〒150-8363 渋谷区渋谷 2-20-12 日永ビル 3F・4F

設立 : 1963 年 6 月 4 日

事業内容 : 「ベターホームのお料理教室」の開催、料理書の出版、調理道具・食品の開発と販売、法人・行政向け事業

URL : <https://www.betterhome.jp>



【本件に関するお問合せは】 一般財団法人ベターホーム協会 企画広報部 石丸・石崎まで
〒150-8363 渋谷区渋谷 2-20-12 Tel : 03-3407-8712 (直通) Fax : 03-3407-0479
Mail : kouhou@betterhome.jp