

おせちを手作りませんか？ 選べる3つの受講スタイル！

1 回完結のおせち料理教室を開催

おせち料理は、年のはじめに食べる特別な料理。1品1品にさまざまな願いが込められています。ご自宅でゆっくり過ごす方も多い今年の年末年始は、手作りのおせちで新年を迎えませんか。

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)では、毎年人気のおせち教室を、3つのスタイルで開催します。

- ① 定番のおせち5品を習う「**伝統おせちの会**」
- ② 和洋中のラインアップで約3人分をお持ち帰りできる「**冷凍でおいしくなる、お持ち帰りおせち**」
- ③ オンラインでも！「**華やかおせち 2024 (オンライン教室)**」 **※新メニュー**

手作りのおせちには、市販のものとは異なる魅力があります。家族との会話ははずみ、温かな雰囲気のお正月が迎えられることでしょう。読者の皆さまにぜひご紹介ください(画像をデータでご用意しています)。



① 伝統おせちの会



② 冷凍でおいしくなる、お持ち帰りおせち



③ 華やかおせち 2024 (オンライン)

①【「**伝統おせちの会**」5品 概要】 <https://www.betterhome.jp/school/oneday/all/79>

だて巻き	書画の巻物の形に似せて、学問や文化の発展を願います。卵とはんぺんで手作りすると、ふっくらとしてやさしい味に。1人1本作ります。
鴨の柚香みそ	鴨肉を柔らかくジューシーに焼きあげ、コクのあるみそだれを添えて。おせち料理がぐっと豪華になります。
花れんこんの甘酢漬	れんこんに穴があいていることから、見通しのよい1年であるように願って。美しい花形の飾り切りが習えます。
栗きんとん	黄金色に輝く財宝に例えて、豊かな1年を願って。透明感のあるつややかな黄金色に仕上げます。
田作り	豊作祈願の込められた料理。手軽に電子レンジで炒り、甘辛のたれでカリッと仕上げます。



- 会 費：8,800円(税抜8,000円)
- 時 間：2時間45分(午前：10:00~12:45、午後：14:00~16:45)

銀座	12/11 (月) 午後 <del>12/17(日) 午前</del> <del>12/19(火) 午前</del>	池袋	12/8(金) 午前	横浜	12/10(日) 午後	二子 玉川	<del>12/12(火) 午後</del>
西千葉	<del>12/21(木) 午後</del>	南柏	12/22(金) 午前	北浦和	<del>12/13(水) 午後</del> 12/26(火) 午後	梅田	12/21(木) 午後
神戸 住吉	<del>12/24(日) 午後</del>	名古屋	<del>12/21(木) 午後</del>				

※赤字は満員のため、申し込みを締め切りました

## ②【「冷凍でおいしくなる、お持ち帰りおせち」 10 品 概要】

<https://www.betterhome.jp/school/oneday/all/2425>

●オリジナル保冷バッグ付き

えびのグリル	「長寿」のシンボル、えび。背を開いてチリソースで味つけ。見た目にも華やかな一品に仕上げます。
ローストビーフ	大人にも子どもにも大人気のごちそうメニュー。フライパンで手軽に作る方法がわかります。
紅白しゅうまい	紅白に染めたもち米をまぶした、おめでたい席にぴったりのしゅうまい。おせちのアクセントになります。
カレーのしどり	定番ののしどりをアレンジ。カレー風味にして、かぼちゃの種をあしらいます。
まぐろの昆布巻	やさしい味は手作りならでは。冷凍すると味がよくなじむので、控えめの調味料でおいしくなります。
ほたてとクリームチーズのディップ	クラッカーや野菜を添えてどうぞ。日本酒にもワインにも合います。
ナッツ田作り	五穀豊穡の願いを込めた田作りに、ナッツを入れてアレンジ。カリカリ食感が後を引くおいしさ。
たたきごぼう	たたきごぼうは意外にも冷凍向き。たたいて冷凍することで味がなじみ、食べやすくなります。
飾り切りピクルス	梅の形にしたにんじん、大根をピクルスに。見た目もかわいらしく彩りになるので、お弁当など普段にも使えるメニュー。
黒豆スイートポテト	濃厚なクリームチーズがさつまいもによく合います。

えびのグリル



ローストビーフ



紅白しゅうまい



カレーのしどり



まぐろの昆布巻



ほたてとクリームチーズのディップ



黒豆スイートポテト



※クラッカーは付きません

- 会 費：19,800 円（税抜 18,000 円）
- 時 間：3 時間 30 分・・・午後（13：00～16：30）

銀座	<del>12/26(火)</del> <del>12/29(金)</del>	池袋	12/28(木)	横浜	<del>12/29(金)</del>	二子 玉川	<del>12/29(金)</del>
玉川 学園前	12/27(水)	南柏	<del>12/27(水)</del> <del>12/28(木)</del>	梅田	12/27(水)	烏丸 御池	12/28(木)
神戸 住吉	<del>12/26(火)</del>	名古屋	<del>12/28(木)</del>	札幌	<del>12/27(水)</del>	仙台	<del>12/29(金)</del>

※赤字は満員のため、申し込みを締め切りました

### <①②共通の持ちもの・申込方法など>

- 定員：1クラス16名（スタジオは4名）
- 講師：ベターホームのお料理教室講師
- 持ちもの：エプロン、三角巾（髪をおおえる大きめのハンカチ、バンダナなどでも）、手をふくハンドタオル、筆記用具
- 申込み：電話、またはホームページから受け付け。会場の地図とご案内を送付します。

電話：03-3407-0471 【電話受付 月～金 9:30～17:30、土 9:30～17:00、日・祝 9:30～14:00】

### HP

①【「伝統おせちの会」5品】 <https://www.betterhome.jp/school/oneday/all/79>

②【「冷凍でおいしくなる、お持ち帰りおせち」10品】 <https://www.betterhome.jp/school/oneday/all/2425>

### ●会場：ベターホームのお料理教室

- ・銀座教室 中央区銀座 4-10-3 セントラルビル 3、4、5 階 【東銀座駅より徒歩 1 分】
- ・池袋教室 豊島区南池袋 1-19-5 Gビル南池袋 01-6 階 【池袋駅東口より徒歩 3 分】
- ・横浜教室 神奈川県鶴屋町 2-24-1 谷川ビル 9 階 【横浜駅きた西口より徒歩 3 分】
- ・二子玉川スタジオ 世田谷区玉川 3-4-3 GranDuo 二子玉川 101 号 【二子玉川駅西口より徒歩 4 分】
- ・玉川学園前スタジオ 町田市玉川学園 7-4-7 三睦（さんぼく）ビル 2-B 【小田急玉川学園前駅徒歩 1 分】
- ・西千葉スタジオ 千葉市中央区春日 2-1-9 テラス椿 1B 号室 【JR 西千葉駅南口より徒歩 2 分】
- ・南柏スタジオ 流山市向小金 2-447-40 【JR 南柏駅東口より徒歩 4 分】
- ・北浦和スタジオ さいたま市浦和区常盤 9-31-6 ATビル 5 階 【JR 北浦和駅西口より徒歩 3 分】
- ・梅田教室 北区芝田 2-8-1 ベターホームビル 【JR 大阪駅 阪神・地下鉄梅田駅より徒歩 8 分】
- ・神戸住吉スタジオ 東灘区住吉本町 1-11-22 リプラス住吉本町 2 階 301 号 【JR 住吉駅より徒歩 2 分】
- ・烏丸御池スタジオ 中京区道祐町 148 渡敬ビル トレーシア堺町 302 号室 【地下鉄烏丸御池駅より徒歩 6 分】
- ・名古屋スタジオ 中区丸の内 2-13-16 丸の内スクエア 10F 【地下鉄桜通線丸の内駅より徒歩 4 分】
- ・札幌スタジオ 中央区大通西 18-1-36 インフィニート大通 6 階 【地下鉄東西線西 18 丁目駅より徒歩 1 分】
- ・仙台スタジオ 青葉区春日町 3-8 春日町ファインビル 802 【地下鉄南北線勾当台公園駅より徒歩 12 分】

### ③【オンライン教室華やかおせち 2024 6品※新メニュー概要】

<https://www.betterhome.jp/school/online/9260>

えびのグリル (白みそ風味)	有頭えびで豪華に！白みそのタレを塗って、香ばしく焼きます。有頭えびの扱いを覚えると、えび料理全般に自信がつかます。
伊達巻きずし	フライパンでかんたんに伊達巻きを作り、具材を混ぜ込んだすしめしを巻いた華やかな一品。
鶏チャーシュー	鶏もも肉をたこ糸で巻き、フライパンで焼いたあと、ふっくらやわらかく煮あげます。つやつやの甘辛のタレがからんで美味。ふだんのおかずにも役立ちます。
きんとん二種	見た目もかわいらしいきんとんは、意外に手軽に作れます。お弁当にも喜ばれる一品。
かぶのなます いくら添え	かぶをいちょう切りにして作る「なます」。こんぶのだしを使うほんのひと手間で、おいしさと美しさが際立ちます。
かまぼこのクリーム チーズサンド	紅白のかまぼこに、しそとクリームチーズをはさむだけですが、美しく見せる技があります。季節のお祝い事にも重宝します。 ※デモンストレーションのみ

● **会 費**：4,400 円（税抜 4,000 円） ※オンライン教室の会費には、材料費は含まれません。

● **時 間**：3 時間

12/26 (火)	14:00 - 17:00
12/28 (木)	13:30 - 16:30
12/29 (金)	13:30 - 16:30

#### <材料・申込み方法>

● **定 員**：1 クラス 15 名

● **講 師**：ベターホームのお料理教室講師

● **主な材料**：鶏もも肉、しょうが汁、ねぎ、はちみつ、有頭えび、白みそ、卵、いりごま（白）、はんぺん、ごはん、すし酢、しそ、かに風味かまぼこ、さつまいも、ドライクランベリーまたは栗の甘露煮、かぶ、こんぶ、いくら、かまぼこ（赤）、クリームチーズ ※たこ糸、オーブンを使用します

● **申込み**：ホームページから受け付け。お申し込みと同時に、会費をクレジットカードでお支払いいただけます。お申し込み後にお送りするメールにて、「テキスト」および「事前に準備していただく材料・道具」を PDF でご案内いたします。

**H P**：<https://www.betterhome.jp/school/online/9260>

#### 【一般財団法人ベターホーム協会】



1963 年創立。2023 年 6 月に 60 周年を迎えました。創立以来、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。

【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 企画広報部まで

〒150-8363 東京都渋谷区渋谷 2-20-12 渋谷日永ビル 4F

Tel：03-3407-8712（直通） Fax：03-3407-0479

Mail：[kouhou@betterhome.jp](mailto:kouhou@betterhome.jp) URL：[www.betterhome.jp](http://www.betterhome.jp)

