

第27回

本格！パキスタン料理教室

5月10日（土）14:00～17:30

講師 シャー真理子さん

カラチ在住歴30年。2006年より日本在住。自然のままのスパイスとカレーの関係を長年研究。新聞、雑誌への料理記事掲載。食のエッセー、食文化の講演会など多彩に活動。

メニュー

1. チャプリ・カバーブ（ペシャワール周辺地域が起源の野趣溢れる名物料理）
2. スパイシー揚げポテト（スパイスをまとった味わい深い揚げポテト）
3. スイートキャロット（バター風味の人参の甘煮）
4. グリーンチャツネ（清涼感溢れる酸味のきいた辛口チャツネ。カバーブとの相性は抜群）
5. プーリー（全粒粉の丸形揚げパン）
6. マンゴーラッシー（季節を先取り。爽やかなヨーグルトドリンク）

場所：阿佐谷地域区民センター 3F 料理室《JR 中央線「阿佐ヶ谷駅」南口 徒歩5分》
（杉並区阿佐谷北 1-1-1 ☎ 03-5356-9501）

参加費：一般 3,000 円、会員 2,500 円

持ち物：エプロン、ふきん、筆記用具

お申し込み方法

お電話、またはメールでお申し込みください。
メールには「お名前」「お電話番号」をご記載ください。

TEL 03-5327-3588

MAIL kyokai@japan-pakistan.org

（公益財団法人）日本・パキスタン協会

〒166-0002

東京都杉並区高円寺北 2-29-14 伊藤第2ビル 202

※火や包丁を使った調理を行ないますので、小さなお子様を連れてのご参加はご遠慮ください