

## ケンコーマヨネーズの料理教室 キッチンスペース831 4月レッスン 『「たんぱく質」で心と体が健康になる中華料理』 オンラインレッスンと対面レッスンにて開催

ケンコーマヨネーズ株式会社（東京本社：東京都杉並区代表取締役社長：炭井 孝志）は、当社で運営する一般のお客様向けの料理教室「キッチンスペース831」にて、4月のレッスンの募集を開始しました。

4月は、体だけでなく心の健康にも大切な「たんぱく質」に着目したレッスンです。たんぱく質の働きや効率的な摂取方法などを管理栄養士がレクチャー。話題の「豆腐干」などを使い、たんぱく質をしっかり摂れる中華料理の調理実演・実習を行います。



今回は、オンラインレッスンと対面レッスンを開催します。ご自宅からお手軽に受講いただけるオンラインレッスンでは3品を、準備・片付けが不要の対面レッスンでは4品を作ります。

料理教室「キッチンスペース831」では今後も、当社が培ってきたプロのニーズに応える調理の技術やアイデアをお届けしてまいります。

### <オンライン/対面>

### 【管理栄養士監修】「たんぱく質」で心と体が健康になる中華料理

#### <オンラインレッスン>

- 日時：4月23日(日)①11:00～12:15  
②15:00～16:15
- 定員：各回10名
- 参加費：1,800円(税込)
- 開催方法：ビデオ通話システム「Zoom」を用いたオンライン形式
- レッスン内容：
  - ◇座学：たんぱく質について
  - ◇調理実演&実習(3品)
    - ・豆腐干のチンジャオロースー麺
    - ・ふんわりかに玉マフィン
    - ・ブロッコリーふわふわ揚げ
  - ◇調理実演(1品)
    - ・まめまめ豆乳中華スープ
- ※当日一緒に実習される方は、食材や調理機材などの準備をお願いいたします。  
レシピは募集締め切り後に送付いたします。

#### <対面レッスン> ※感染防止対策を行ったうえで実施します

- 日時：4月29日(土) 10:30～12:30
- 定員：5名
- 参加費：6,000円(税込)
- 開催場所：ケンコーマヨネーズ株式会社 東京本社  
2F Cooking Lab (東京都杉並区高井戸東3丁目8番13号)
- 持ち物：エプロン、お手拭き用タオル、筆記用具、お持ち帰り用の手提げ袋(大きめの保冷バッグがおすすめ)
- レッスン内容(4品)：
  - ◇座学：たんぱく質について
  - ◇調理実演&実習(4品)
    - ・豆腐干のチンジャオロースー麺
    - ・ふんわりかに玉マフィン
    - ・ブロッコリーふわふわ揚げ
    - ・まめまめ豆乳中華スープ

■お申込はこちら：<https://www.street-academy.com/myclass/90521>

★『キッチンスペース831』の詳細は[こちら](#)

≪本資料に関するお問い合わせ先≫

ケンコーマヨネーズ株式会社 経営企画本部 広報・IR課 Mail: [kouho@kenkomayo.co.jp](mailto:kouho@kenkomayo.co.jp)