

2月の

彩菜みまさかの新鮮素材を楽しむ

うららのランチ de Vol.5

ミニレッスン

パリで修行された料理研究家・坂口うららさんの素敵なランチが彩菜みまさかに登場！！
ご家庭でも手軽に作れるメニューのお得なミニレッスン付きです。
彩菜みまさかの新鮮な食材を使ったお料理を、この機会にぜひお楽しみください。
お席に限りがありますので、お申し込みはお早めに！（カップルや男性の方のご参加も大歓迎）

開催日時： 2011年2月24日（木） 11:00～

開催場所： 彩菜みまさか 大阪府箕面市彩都粟生南1-16-18
TEL.(072) 729-3131

参加費： お一人様 1回 2,000円（予約・前払制）

当日の主なメニュー： アルガスのあったか家庭料理

フランス・アルガス地方の手軽でおいしい家庭料理をご紹介します。
冬野菜たっぷりのあったかメニューをお楽しみください。

■ 前菜の盛り合わせプレート ■

スモークサーモンのミルフィーユ、タルトフランペ、
季節野菜のフラン、キノコのハーブフリット
季節の彩菜サラダ

■ メイン ■

塩豚と根野菜のシュークルート

■ デザート ■

プティ・クグロフ



（料理写真と当日のメニューは異なります）

※参加費は前払い制となっております。申し込み用紙にご記入の上、彩菜みまさかのレジにて参加費をお支払い
いただいた後、ご予約完了となります。

※2月22日以降、またはご連絡無しのキャンセルの場合、返金はいたしかねますのでご注意ください。



坂口うらら

料理研究家
料理教室ル・プラド・ソレイユ主宰
（大阪府在住）

祖父は和菓子屋、父はケーキ屋という家庭に生まれ
岡山大学卒業まで実家のある岡山で過ごす

女性向けの料理・生活雑誌、月刊「生活良好」を創刊し、編集長を務める
料理研究家・中根力ある氏に4年間副事
企画編集事務所クワ・プランニングとして独立
雑誌編集および食品流通業、食品メーカー向けのレシピ提案、
料理制作などを手がける

2005年 料理教室 ル・プラド・ソレイユを開設
2006年 改めて料理留学のための渡仏
パリの料理学校リッツ・エスコフィエ（料理・上級コース）を首席で卒業
コルドンブルーの料理、製菓クラスなども受講
ホテル・リッツ内のレストランにて研修
パリにて料理教室実施、フランス各地の地方料理やフィナーレを巡る

2008年 食育インストラクター・プライマリー取得
世界各国の家庭料理を研究し、手軽に作れるレシピで指導

