

<ギリシャブラザ主催>

# ギリシャ・クッキング・レッスン

地中海ダイエットが生まれた国から色彩やかで、身体にやさしい食事をお届けします。



初夏のギリシャのキッチンからは、代表的なギリシャ料理「ナスのムサカ」をご紹介します。合わせるのは、オレンジを使った香り豊かなサラダと、ギリシャ名産の「マスティハ」を使ったデザート。皆様お誘いあわせの上、どうぞお気軽にご参加ください

## <メニュー>

- ・ **ムサカ**  
(ナスとミートソース&ベシャメルソースのグラタン)
- ・ **サラタ・マルーリ・ポルトカリ・カリディア**  
(ロメインレタス、オレンジ、くるみのサラダ ハチミツのドレッシング)
- ・ **クレマ・マスティハ**  
(マスティハ風味のミルク・ムース)



開催日時: 2017年5月21日(日)  
11:00 - 14:00 ※実技形式のレッスンです。

会場: レンタル・キッチン・スペース「Patia」  
東京都千代田区神田神保町3-2-9 塚本ビル5F  
※ 前回とは会場が変更になっております。

会費: 6,500円(材料費、税込)  
お申込み方法: 下記のemail アドレス宛に、お名前、参加人数をご連絡の上、会費をお振込み下さい。(振込先は別途ご連絡致します)  
※ 当日ご希望の方は、試食の際、ギリシャワインもお楽しみいただけます(有料)。

お問い合わせ: ギリシャブラザ 担当: 松下 e-mail: [matsushita-k@e-girisha.jp](mailto:matsushita-k@e-girisha.jp)



## <about Stelios Prezerakos>

ステリオス・プレゼラコス。  
ギリシャ、アテネ生まれ。2013年来日。  
曾祖母仕込みの伝統的ギリシャ料理から、地中海フュージョン料理までレシピは幅広い。  
大きなキッチンを併設した自宅は彼の料理目当てのギリシャ人、日本人でいつも賑わっている。最近のギリシャヨーグルト・ブームに際しても、日本での数少ないギリシャ料理人として、TV番組やウェブサイトで本場のヨーグルト料理を紹介している。