

韓国風 カボチャのおかゆ

材料(4人前)

- カボチャ大1/2個(800g~1kg)
- 小豆紙コップ1/2杯
- もち米紙コップ1/2杯
- 塩大さじ1/2
- 砂糖大さじ1

作り方

<下準備>

- ① もち米を洗ったら30分以上浸水させる。
浸水させたものをザルに上げ(10分以上)
すり鉢に入れて適度につぶす。(←食感を残す)
★キレイに仕上げたければ、フードプロセッサーにかけてもOK!
- ② 小豆を水から茹でる。水分が無くなったら1カップの水を加え、皮にヒビが入るまでしっかり茹でる。
- ③ カボチャは、皮をそぎ落とし、適当な大きさに乱切り。
<調理>
① 鍋にカボチャを入れ、かぶるくらいの水を入れ茹でる。(強火で10分)
② 煮えてきたら、木べらでつぶしながら煮くずす。
(中火~弱火15分)
★キレイに仕上げたければ、ミキサーやポテトマッシャーでつぶす。
- ③ カボチャが煮えたら、すりつぶしたもち米を加え、弱火で15分。(水分が無くなってきたら、その都度水を足す)
- ④ もち米に火が通ったら、最後に煮た小豆と塩・砂糖で味を調える。

午後
8時まで

日中お勤めなどで時間の都合がつかない方や、急にガス機器が故障してしまった時など、ぜひお気軽にお電話ください。

修理サービスやってます。
土、日、祝日は除きます。



ニコタンニュースは再生紙を使用しております

nikotan news

ニコタンニュース

11月号

平成22(2010)年



- ガス展アンコールセール
- 受講生募集
- 夜間修理サービスについて
- 表紙のレシピ



新発田ガス

新発田支店 ☎(0254)22-4181
中条支店 ☎(0254)43-4181
村上支店 ☎(0254)53-4132

新発田ガス・ショールーム
くらすテージ ☎(0254)20-2525
営業時間/9:30~18:30 定休日/毎週水曜日
新発田市富塚町1-17-6(西新発田駅前)

<http://www.nikotan.com>

受講生募集

1 クリスマスディナー

日時 12月13日月 AM10:00~PM1:00
講師 新潟調理士専門学校 坪井 康雄 先生
定員 16名 ●受講料 ¥2,000

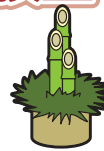


メニュー
・帆立貝のカリパッチョ
・鴨肉のソテー
・いちごのミルフィーユ



2 お正月おせち教室

日時 12月7日 AM10:00~PM1:00
講師 Cooking Studio M 高橋 美奈子 先生
定員 16名 ●受講料 ¥2,000



メニュー
食卓を華やかに彩るおせちししほ
・おとし・鯛の香味焼き
・伊達巻たまご その他5品



3 十割 そば打ち教室

日時 11月28日 AM10:00~PM1:00
講師 田名部 定雄 先生
定員 8名
受講料 ¥2,000
★そばのおみやげ付き(3~4名分)



そば処
西会津高郷産
そば粉使用



新発田ガスショールーム
くらすテージ2Fで
開催致します。



4 「招福月兎」づくり

日時 12月5日 PM1:00~(3時間程度)
講師 田中 雪子 先生
定員 12名 ●受講料 ¥2,200



5 プリザーブドフラワー教室 ~うさぎのお正月~

日時 12月19日 AM10:00~(2時間程度)
講師 Heart in rose 市川 往世 先生
定員 12名
受講料 ¥3,000

※2色より選択
お電話の際
お聞きします。



新発田ガス ショールーム
Kurastage
くらすテージ

お申し込み・お問い合わせ等
連絡先はくらすテージまで

☎0254-20-2525

営業時間 AM9:30~PM6:30(定休日/水曜)
お申込みは全て「先着順」とさせていただきます。

※このチラシは全て税込表示となっております。