

募集期間・詳細につきましては3/8(木)折込みチラシをご覧ください。

**本格スイーツ**

●受講日：4/23 5/28 6/25  
●講師：瀬賀 智映子  
●定員：16名

●ビスキュイ  
●ロールケーキ

**エスニック大好き!**  
～家庭で簡単に作れます～

●受講日：4/10 5/8 6/12  
●講師：高橋 美奈子  
●定員：16名

●グリル鶏手羽の香味ソース  
●春雨とはまぐりの香辛スープ  
●わらび餅のココナツしるこ

**伝統のドイツ料理&焼き菓子**

●受講日：4/20 5/18 6/15  
●講師：宮田 優子  
●定員：16名

●グーラーシュ(肉とパプリカのトマト煮込み)  
●シュベッツェル(パスタ)  
●胡桃のパウンドケーキ

**旬の食材まるごとクッキング**

●受講日：4/7 5/12 6/2  
●講師：吉田 奈美  
●定員：16名

●春野菜と豚肉の重ね蒸し  
●春の炊き込みご飯  
●春の沢庵碗

**簡単美味しい手作りお菓子**

●受講日：4/14 6/9(5月は林講)  
●講師：佐藤 友子  
●定員：8名

●苺のプロマーージュ他焼き菓子1品

**料理男子になるメンズクッキング**

●受講日：4/21 5/19 6/16  
●講師：小林 歩  
●定員：16名

●汁の取り方  
●旬料理など

**ふっくら手作りパン**

●受講日：4/28 5/26 6/23  
●講師：笹川 知意子  
●定員：12名

●ブレッチェン(小型のフランスパン)  
●春キャベツのスープ

**共通事項**

開講時間／10:00～13:00(土曜お菓子は13:00～16:00まで)  
定員／12～16名(土曜お菓子は8名)  
受講料／各コース 4,500円(土曜お菓子は3,000円)

料理教室を初めてご利用の方 **3,000円**(土曜お菓子は2,000円)  
特別割引料金各コース

**※詳しくは「くらすテージ」までお問合せください**

お申し込み・お問い合わせ  
電話又はホームページにてお申し込み下さい。  
「くらすテージ」営業時間/AM9:30～PM6:30 ※定休日/水曜日

受講対象者  
弊社の供給するガスをご利用いただいている方であればどなたでもお申し込みできます。  
**0254-20-2525**  
<http://www.nikotan.com>

※全コース共、定員を超えた場合は、抽選とさせていただきますのでご了承ください。(後日、郵送にてご連絡させていただきます。)\*定員に満たない場合開催しない場合もございます。\*受付状況により、キャンセル待ちになる場合がございますのでご了承下さいませ。\*お1人様3コースまでのお申し込みとなります。

夜間料理教室 **18:30～21:00** **お料理教室**

**チーズで楽しむイタリア料理**

●受講日：4/17 5/15 6/19  
●講師：横山しのぶ  
●定員：16名

●ピエモンテ風カツレツ  
●ゴルゴンゾーラ風味トマトとモッツアレラのバスタ  
●キノコと卵のオープン焼き

夜間バラエティコース

**よくばりアラカルト教室**

●受講日：4/26 5/24 6/28  
●講師：仁科 菅広(和食) 山井 英司(洋食) 渡辺 篤(中華)  
●定員：16名

■和(4月26日)  
●豚肉の柚子こしょう焼き  
●牛乳茶碗蒸し+カニあんかけ  
●新玉葱のたくあん和え  
■洋(5月24日)  
●あさりのスパゲティ  
●じゃがいものスープ  
●鶏ささ身のサラダ  
■中(6月28日)  
●あさりとごぼうのスープ  
●海鮮シウマイ  
●苺の杏仁豆腐

**ワンコイン料理教室** **モチモチ感がたまらない中華ちまき教室**

●日時：**4月8日** 10:00～(2時間程度)  
●講師：**渡辺 篤**  
●定員：16名(抽選)  
●受講料：500円

メニュー  
●中華ちまき  
●貝だくさんスープ

**1Day料理教室** **春だ!お弁当を持って出掛けようお花見弁当教室**

●日時：**4月15日** 10:00～13:00  
●講師：**吉田 奈美**  
●定員：16名(抽選)  
●受講料：1,000円

メニュー  
●カラフルおにぎり  
●クリスマスチキン  
●高野豆腐の煮物 など

**カルチャー教室** **手作りアロマオイル&セルフフットマッサージ教室**

女性限定 天然の精油や基材を使い、アロマオイルをつくりマッサージの実習を行います。

●日時：**4月22日** 10:00～(2時間程度)  
●講師：**Qas&S** 神田 のり子  
●定員：10名(抽選)  
●受講料：1,500円

1.参加者にもれなくニコタン特製バスタオル進呈(当日使用します)  
2.当日アロマミスト浴も体験できます。(着衣のまま)

**表紙のレシピ**

**新じゃが芋の葛あんかけ**

**材料・分量(4人分)**

●新じゃが芋……300g (A)  
●鶏ひき肉……170g  
●絹さや……12枚  
●葛粉……大さじ2  
●水……大さじ3  
●サラダ油……大さじ2

●だし……300cc  
●酒……大さじ2  
●みりん……大さじ1  
●薄口しょうゆ 大さじ1  
●塩……小さじ1/3

**作り方**

①新じゃが芋は、皮つきのままゆでる(又は蒸す)。  
②鶏ひき肉は、沸騰したお湯でサッと霜降りにしてザルに取り、水で洗う。  
③絹さやはヘタをとり、熱湯でサッとゆで、冷めたら斜め千切りにする。  
④鍋に(A)と鶏肉を入れて煮立て、水溶性葛粉を流して煮立たせる。  
⑤フライパンにサラダ油を熱し、①の芋をこんがり炒める。  
⑥器に芋を盛り、葛あんをかけ、絹さやを天盛りにする。

**4月の実演試飲会** **味と香りを楽しむ本格中国茶講座**

中国茶の魅力にふれてみよう

日時/4月1日 10:00～(1時間) 2回目/14:00～(1時間)  
講師/PURE OOLONG店主 北川 裕子

参加費無料 申込み不要

**お知らせ** 秋のガス展で素敵なプレゼント!!

**nikotan 2012 PUZZLE ニコタンパズル**

来月、4月号からスタート!!  
来月4月号の台紙に5月号から9月号までのパズルシールを全て貼って、10月開催のガス展会場へお持ち下さい。《お楽しみニコタングッズ》プレゼント!!

**nikotan news** ニコタンニュース **3** 月号  
平成24(2012)年

**お雛様ほかばが**  
つくしくん登場

**ご案内** **お引越しのご連絡はお早めに!**  
ガスを使用・中止される際は  
お早めにご連絡ください

**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>