

※掲載写真は全て、前回の料理教室で調理したものです。

月曜日

コツをつかんで 本格中華

●受講日: 7/8 8/5 9/9
●講師: 渡辺 篤
●定員: 16名

初回メニュー
・夏野菜でいただく棒々鶏
・さっぱりマーボーナス
・深たてとうもろこしで作る中華風のコンスープ



本格スイーツ

●受講日: 7/22 8/19 9/2
●講師: 瀬賀 智映子
●定員: 16名

初回メニュー
・黒みつきなこの米粉ロール



LET's TRY! 手作りパン

●受講日: 7/25 8/22 9/19
●講師: 笹川 知恵子
●定員: 12名

初回メニュー
・リングパン
・かにマヨサラダ
・トマトのスープ



旬の食材 まるごとクッキング

●受講日: 7/6 8/3 9/7
●講師: 吉田 奈美
●定員: 16名

初回メニュー
・トマトチキンカレー
・春雨サラダ
・即席ピクルス



男性料理教室

●受講日: 7/20 8/31 9/21
●講師: 小林 歩
●定員: 16名

初回メニュー
・鰯の生姜煮
・夏野菜の和風グラタン
・きゅうりのササッと炒め



簡単美味しい 手作りお菓子

●受講日: 7/27 8/24 9/28
●講師: 佐藤 友子
●定員: 8名

初回メニュー
・新しょうがのバターケーキ
・他1品



夜間料理教室 18:30～21:00 お料理教室

お酒のおつまみ料理

～日本酒・ビール・ワインに合うおつまみを月替わりで～

●受講日: 7/9 8/6 9/10
●講師: 高橋 美奈子
●定員: 16名

初回メニュー
・サザイ御飯
・茄子の豆腐餡かけ
・糸瓜と葛きりの酢の物
・焼き鳥



イタリアン シチリアのシンプル魚料理

●受講日: 7/16 8/20 9/17
●講師: 横山 しのぶ
●定員: 16名

初回メニュー
・ミニトマトのクスクスサラダ
・ヤリイカのオープン焼き
・フェネルと鰯の Pasta
・シナモンゼリー



共通事項 開講時間 / 10:00～13:00 (土曜お菓子は13:00～16:00まで)
受講料 / 各コース 4,500円

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。

※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。

料理教室を初めてご利用の方

初めての方は 特別料金で参加できます。 特別割引料金 各コース 3,000円

申込み締切り: 6月27日(木) (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...但しカルチャー教室を除く)

1Day 料理教室 & セミナー 新潟県産イタリア野菜を 食べ尽くそう!!

●日時: 6月30日(日) 10:00～13:00
●講師: 横山 しのぶ
●定員: 16名(先着)
●受講料: 1,500円



メニュー
・ズッキーニのごちそうサラダ
・ズッキーニのカルボナーラ風
・アーモンドとトマトのバスタ
・(ズッキーニの花のフリッター)
・他の野菜の紹介

1Day 料理教室 初夏の 南イタリア料理

●日時: 7月7日(日) 10:00～13:00
●講師: 山田 清人
●定員: 16名(抽選)
●受講料: 1,500円



メニュー
・寺泊産あじのマリネ
・出雲餡産丸ごとカナガシラ
・豊後産ミニトマトのリングイネ
・季節のフルーツとアーモンドのトルタ

1Day夜間 料理教室 たっぶり野菜と豆で女子力アップ ミートソースでいるごはん

●日時: 7月12日(金) 18:30～21:00
●講師: 笠原 恭子
●定員: 16名(抽選)
●受講料: 1,000円



メニュー
・タコライス
・シェパードパイ
・簡単和ミートピザ
・おから炒り

7月の実演会 フルーツ&ベジタブル カービング

●日時: 7月28日(日) 13:00～15:00
●講師: 高橋 美奈子
●定員: 12名(抽選)
●受講料: 800円



メニュー
・タコライス
・シェパードパイ
・簡単和ミートピザ
・おから炒り

7月の実演会 フルーツ&ベジタブル カービング

●日時: 7月28日(日) 1回目/11:00～12:00 2回目/14:00～15:00
●講師: 高橋 美奈子
●定員: 各回16名
●参加費: 無料



※このチラシは、全て税込表示となっております

応募者募集

第7回 ニコタン にがお絵コンテスト

受付期間 平成25年 7月1日(月)～9月30日(月)

テーマ ニコタンと乗り物に乗ってお出かけ

ニコタンとモモタンが乗り物に乗っている絵をえがいてください。

募集対象者
○幼児の部 / 3歳～6歳
○小学校低学年の部 / 1年生～3年生
○小学校高学年の部 / 4年生～6年生
※申込み用紙はくらすたージにあります

各部門とも 最優秀賞様には 東京ディズニーリゾート パスポート親子ペアを差し上げます。また、応募者全員に参加賞を差し上げます。



第7回 ワイズガス 全国親子クッキングコンテスト 新潟県大会

受付期間 平成25年 6月19日(水)～9月10日(火)

テーマ わが家のおいしいごはん ～家族と一緒に作ろう、うちの自慢メニュー～

県大会開催日 平成25年11月3日(日)



【参加資格】
親(保護者)と子(小学1～6年生)の2名1組
※受付期間中応募用紙はくらすたージにあります



県大会にも出て出場者募集します。お気軽にご応募ください。