

1 DAY 料理教室 **ワインに合う和食**

日時: **11月20日(金)**
10:00~13:00
ヒロッキングスタジオ

講師: **野股 正宏**

定員: 16名(抽選)

受講料: 1,500円



メニュー
・和牛のたたき・しっとりふっくらサバの味噌煮
・里芋団子の揚げ出し・くるみ入り干し柿バター

1 DAY 料理教室 **冬に備える 薬膳料理教室**

日時: **11月26日(木)**
10:00~14:00
国際薬膳食育師 高津薬膳料理教室主宰

講師: **高津 もろみ**

定員: 16名(抽選)

受講料: 1,500円

座学: 秋から冬へ、腎を労わる食養生



メニュー
・にいがた薬膳鍋・紅花ご飯・冬の常備菜

1 DAY 料理教室 **今年のクリスマスケーキは自分で! 絶対に失敗しない! 米粉を使った スポンジケーキ講座**

日時: **11月29日(日)**
10:00~13:00
ローチョコレートスイーツ教室 Oguro主宰

講師: **小黑 小百合**

定員: 16名(抽選)

受講料: 1,000円



受講生募集

4 **カルチャー教室** **貼るだけカンタン! ポーセラーツ教室**
~オリジナルクリスマスプレートを作ろう~

日時: **11月22日(日)**
10:00~12:00
ポーセラーツ・リリオインストラクター

講師: **中村 喜恵子**

定員: 10名(抽選)
小学生以上参加可

受講料: 1,500円



※当日、一旦預かり、焼きつけてから後日お渡しとなります。

作品: ツリープレート (約14.2cm×14.4cm)

※写真はイメージです。

11月の 実演試食会 **本場韓国のお味**
~スンドゥブの作り方を実演します~

日時: **11月8日(日)**
10:30~11:30

講師: **尹 民永**

定員: 16名(抽選)

受講料: 無料



お申し込み・お問い合わせは
「くらすステージ」まで電話にてお申し込み下さい。

0254-20-2525

「くらすステージ」営業時間/AM9:30~PM6:30
※定休日/水曜日

受講対象者
新発田市、胎内市、村上市、聖籠町、阿賀野市にお住まいの方であれば、どなたでもお申込みできます。

お申し込みメ切り **10/29(木)まで**

※このチラシは、全て税込表示となっております。

表紙のレシピ

鮭の南蛮漬け

材料・分量

- 生鮭.....320g
- 小麦粉.....大さじ2
- 長葱.....1本
- 舞茸.....50g
- しめじ.....50g
- えのき.....100g
- サラダ油.....大さじ3
- <南蛮酢>
- 出汁.....100cc
- 砂糖.....大さじ1と1/2
- 醤油.....大さじ3
- 酢.....大さじ3
- 赤唐辛子輪切り.....1/3本分

作り方

- ① 生鮭は2cm角に切る。ビニール袋に小麦粉・生鮭を入れて粉をつける。
- ② 長葱は表面に切り込みを入れながら4cm長さに切る。舞茸は手でほぐす。しめじ・えのきはしづきを切り落としてほぐす。
- ③ 小鍋に南蛮酢を合わせ、沸騰させてボールにあげる。
- ④ フライパンにサラダ油小1をあたためて長葱を両面焼いて③に漬ける。サラダ油小2を足してきのこを炒め、③に漬ける。
- ⑤ フライパンにサラダ油大2をあたためて①を焼いて③に漬ける。
- ⑥ 30分くらい漬けたら器に盛り付ける。

午後8時まで

ガス器具の調子が悪い時など、ご遠慮なくお電話ください。

修理サービスやっています。

土、日、祝日は除きます。




nikotan news



ガス展

各会場で大好評開催中です!

新発田会場 新発田コモタウン・コモプラザ
10/10(土) 11/12(日)
9:30am~5:00pm 12日は午後4時まで

中条会場 中条体育館
10/17(土) 18(日)
9:30am~5:00pm 18日は午後4時まで

村上会場 村上山屋町2-3-47(田・ファクスビル側)
10/24(土) 25(日)
9:30am~5:00pm 25日は午後4時まで

検索 ニコタン

ホームページもチェックしてネ!

新発田ガス

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

新発田ガス・ショールーム
くらすステージ ☎(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)