

**1 DAY 料理教室** **15cmのケーキ型で作る**

## くるみのバターケーキ

●日 時: **9月21日(土)**  
10:00~13:00

●講 師: **笹川 知意子**

●定 員: 12名(抽選)

●受講料: 1,500円

メニュー  
・くるみのバターケーキ



**3 カルチャール教室** **心とからだを芯から癒す**

初心者向け 

## 太極拳教室

～ストレス解消、集中力アップに！  
はじめての方もお気軽にご参加ください～

●日 時: **10月5日(土)**  
10:00~11:30

●講 師: **佐藤 夕子**  
楊名時太極拳準師範

●定 員: 10名(抽選)

●受講料: 1,000円

※ドリンク1本付



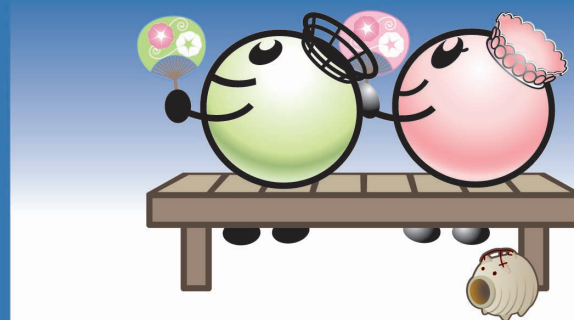
## 茄子のオランダ煮

材料・分量(4人分)

- 茄子……………4本
- こんにゃく……………80g
- いんげん……………8本
- 水……………300cc
- 出汁の素……………小さじ1/3
- 砂糖……………大さじ2～
- 酒……………大さじ2
- 味醂……………大さじ2
- 醤油……………大さじ2
- 鷹の爪……………1/2本

作り方

- ①茄子はヘタを落として縦半分になり、皮に包丁目を入れて半分切る。水にサッと放して水気を拭き取る。こんにゃくは食べやすい大きさに切る。いんげんは半分の長さに切る。
- ②フライパンにこんにゃくを入れて乾煎りをし、白っぽくなったら取り出す。
- ③フライパンに1～2cm位の油を入れてあたため、いんげん・茄子を揚げる。
- ④鍋に水・調味料・鷹の爪を沸かして茄子とこんにゃくを入れ紙蓋をして煮汁が1/3位になるまで煮る。
- ⑤④にいんげんを加え、鍋ごと氷水に当てて冷ます。
- ⑥⑤を器に盛る。



**2 DAY 夜間料理教室**

## 秋の夜長のイタリアン

●日 時: **9月26日(木)**  
18:30~21:00

●講 師: **横山 しのぶ**  
イタリア料理研究家

●定 員: 16名(抽選)

●受講料: 1,500円

メニュー  
・パスタノルマ(ナスのパスタ)  
・タラとズッキーニのミートボール風  
・リコッタのブルスケッタ



**実演試食会** **ガス展前に商品チェック!**

Rinnai 最新コンロに搭載

## 無水調理機能で作る 具たくさんミネストローネ 実演試食会

人気の「デリシア」シリーズ、進化した最新機能を使ってお料理を実演し、その後少しずつご試食をしていただきます。※お料理教室ではございません。

●日 時: **9月29日(日)**  
10:30~12:00

●講 師: **菅原 夕貴**  
(株)リンナイ新潟支店



●定 員: 16名(抽選)

●受講料: 無料




## 2019 ニコタン&モモタンパズル

左のパズルシールを7月号の台紙に貼って、10月に開催のガス展会場へお持ち下さい。

お楽しみ   グッズプレゼント!

2019年8月号



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

☎ **0254-20-2525**

「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  
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、どなたでもお申し込みできます。

お申し込みが切り **8/30(金) まで**

**新発田ガス**

本社 ☎(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)

※このチラシは、全て税込表示となっております