

受講生募集



3

1DAY
料理教室

ブチ至福のひとときを...

お祝いのちらし寿司& 春のロゼワイン

春を感じる季節のお料理を実習後、ワインとともに召し上がって頂きます。ソムリエ資格を持つ美奈子先生が提案するお料理とワインのペアリングを楽しく学びましょう！

日時：3月24日(火)
10:00~13:00

おひとりでも
ご友人とともに
お気軽に
ご参加ください！

Cooking Studio M
日本ソムリエ協会認定ソムリエ

講師：高橋 美奈子

定員：16名(抽選)

※成人の方に限ります。

受講料：1,500円

メニュー

- ・山菜のアミューズ
- ・春のちらし寿司
- ・いちごと桜のガトー



※写真はイメージです。

ロゼはフランス語のRoséで「バラ色」のワインという意味です。希望に満ちた輝かしい未来を象徴するという意味もあり、幸せの予感と供に味わう楽しいワインで春のテーブルを彩ります。

※未成年者、妊娠中や授乳期間中の方はご参加いただけません。
※飲酒運転防止のため、お車でのご来場は固くお断りいたします。

4

1DAY
料理教室

春爛漫♪

桜あんぱんを作ろう

日時：3月28日(土)
10:00~13:00

講師：笹川 知恵子

定員：12名(抽選)

受講料：1,500円

メニュー

- ・しるあんこしあんで作る桜あんぱん2種
- ・豆乳のくすよせ
- ・イチゴとレタスの春サラダ



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
2/29(土)
まで

※このチラシは、全て税込表示となっております

今月のレシピ

冬のマルシェの グラタン

材料・分量(4人分)

- (ホワイトソース)
- ・里芋.....2個
 - ・白菜.....1枚
 - ・長葱.....1/2本
 - ・シシャモ.....6本
 - ・チーズ.....100g
 - ・パン粉・バター 各少々
 - ・バター.....50g
 - ・小麦粉.....50g
 - ・牛乳...500cc~
 - ・白ワイン...大さじ2(あれば)
 - ・味噌.....大さじ1
 - ・塩・コショウ

作り方

※耐熱容器におろしニンニクとバター(分量外)をすりつける。

- ①里芋は食べやすい大きさに切り、水から下ゆでにする。
 - ②白菜は、そぎ切りにし塩(小さじ1)をまぶして置き、水分をしぼる。
 - ③長葱は斜め3cm長さに切り、フライパンにオイルを熱して焼く。
 - ④シシャモはグリルで焼き、食べやすい長さに切る。
- <ホワイトソースを作る>
- ⑤鍋にバターを溶かし、小麦粉を加え、木べらで混ぜる。牛乳を少しずつ加えながら、とろみをつけ、白ワインも加える。隠し味に味噌を加え、塩、コショウで味をととのえる。
 - ⑥耐熱容器に①~④ホワイトソースを交互に流し、チーズ、パン粉、バターをちらし、270℃のオーブンで約10分焼く。

ワークショップ 予告 食品サンプル作り 体験教室



日時/4月12日(日)
10:30~

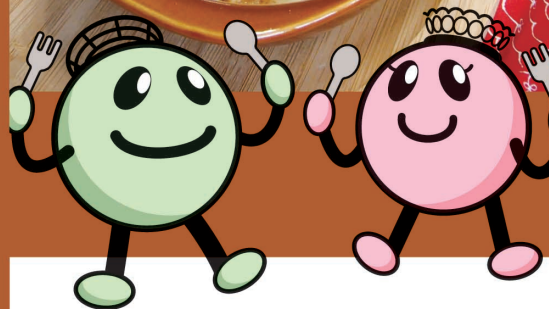
3種類の中から好きなものを選んでつくります。

詳細は次号で

nikotan news

ニコタンニュース

令和2(2020)年2月号



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
ショールーム
くらすステージ ☎(0254)20-2525
西新発田駅前 営業時間/9:30~18:30 定休日/毎週水曜日



ニコタンニュースに使っている紙は、紙を白くする漂白剤として、塩素を使用しない環境に優しい無塩素漂白の、「エコパルプ」を使用しています。

http://www.nikotan.com

新発田ガス
ショールーム

Kurastage
くらすステージ

1

1DAY
料理教室

作りおき料理教室

座学と調理で「作りおき」を
楽しく学ぼう!

座学では保存方法や調理の段取りの基本を、調理では作りおきにおすすめのお料理をご紹介します。

日時：3月14日(土)
10:00~13:00

日本野菜ソムリエ協会認定
野菜ソムリエプロ
つくりおきマイスター

講師：古川 浩子

定員：16名(抽選)

受講料：1,200円

メニュー

- ・さばのチーズ竜田揚げ
- ・ほか副菜3品
- ・炊き込みちらし寿司
- ・汁物



※写真はイメージです。

2

1DAY
料理教室

イタリアの 香草ローストポーク を作ろう

日時：3月22日(日)
10:00~13:00

イタリア料理研究家

講師：横山 しのぶ

定員：16名(抽選)

受講料：1,500円

メニュー

- ・豚の香草ローストポーク
- ・ポルケッタ
- ・本格バーニャカウダソースと温野菜
- ・シンプルトマトパスタ



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