

受講日 5/13(金) オレンジのセミフレッド

セミフレッドは「半分凍った」という意味。カスタードケーキにオレンジ風味のカaramelをかけ冷やして食べる、これからの季節にぴったりな甘爽やかスイーツです。

【講師】横山 しのぶ 先生  
【時間】10:00~12:00  
【定員】8名(抽選)  
【参加費】1,500円



Menu メニュー  
• オレンジのセミフレッド

受講日 5/19(木) 定番にしたい! 食欲そそるおそうざい

【講師】家庭料理教室さちこ 園田 幸子 先生  
【時間】10:00~12:00  
【定員】8名(抽選)  
【参加費】1,500円



Menu メニュー  
• しっかりと鶏胸肉とトマトのマスタードサラダ  
• つぶつぶコーンブレッド それぞれ3~4人分

受講日 5/21(土) 野菜ソムリエと旬の野菜を楽しもう!

旬の野菜をたっぷり使った、簡単レシピをご紹介します。野菜ソムリエによる体に効く野菜の話もあり、美味しく、楽しく学べる講座です!

【講師】日本野菜ソムリエ協会認定 野菜ソムリエプロ 古川 浩子 先生  
【時間】10:00~12:00  
【定員】8名(抽選)  
【参加費】1,500円



Menu メニュー  
• 新じゃがとクランブルのドフィノア  
• カラフル野菜と大豆のマリネ

新じゃがにサクサク食感のクランブルを乗せ、ハーブの香りを効かせたグラタン

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。

お申込締切 4月28日(木)まで

お申込方法 電話またはホームページにてお申込ください。

※定員を超えた場合は抽選とし、当選者のみ後日郵送にてご連絡させていただきます。

※最小催行人数に満たない場合、開催しない場合もございます。

※新型コロナウイルスの状況をふまえ、開催を中止する場合がございます。

教室再開にあたりまして、感染症拡大防止に対する取組を徹底してまいります。詳しくは、弊社ホームページをご覧ください。



基本的におひとり様調理、お持ち帰りとなります。

受講日 5/24(火) 世界味巡り~ペルー共和国~

第7回目はペルー共和国へ旅気分♪ 世界中の一流シェフや美食家たちが絶賛し、今最も注目されているペルー料理を楽しみましょう。

【講師】Hiro Cooking Studio 野股 正宏 先生  
【時間】10:00~12:00  
【定員】8名(抽選)  
【参加費】1,500円



Menu メニュー  
• ロモ・サルタド(牛肉と野菜の炒め物)  
• チュペ・デ・カマロネス(エビのクリーミースープ)  
• ピカロネス(ペルー風ドーナツ)【師範のデモのみ】

受講日 5/28(土) フルーツのアーモンドクリームタルト

【講師】笹川 知意子 先生  
【時間】10:00~12:00  
【定員】8名(抽選)  
【参加費】1,500円



Menu メニュー  
※写真はイメージです。  
• アーモンドクリームのタルト(18cmタルト型1台分)

受講日 5/31(火) 初夏の和ごはん

素材の旨味がストレートに味わえる基本の調味料で仕上げる実用性のあるメニューは、ご家族全員に受け入れていただけるお味です。

【講師】Cooking Studio M 高橋 美奈子 先生  
【時間】10:00~12:00  
【定員】8名(抽選)  
【参加費】1,500円



Menu メニュー  
• 鮎の塩焼き • 木の芽とキヌアの稲荷  
• 赤みず田舎煮

お申し込み・お問い合わせ

新発田ガスショールーム くらすテージ

TEL 0254-20-2525

[営業時間]9:30~18:30 (水曜定休日)

http://www.nikotan.com

※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!

クレープシュゼット

材料・分量[4人分]

- 〈生地(約200cc=26cmフライパンで4枚分)〉
- 小麦粉.....50g
  - 砂糖.....大さじ1
  - 塩.....ひとつまみ
  - 卵.....1個
  - 牛乳.....100cc
  - バター.....10g
  - バター.....20g
  - キュラン(あれば).....大さじ1~2(好みで)
  - オレンジジュース(100%).....200cc
  - オレンジ.....1個
  - ミントの葉.....適量

作り方

- ①ボールに牛乳とバター以外の生地の材料を入れてよく混ぜる。
- ②①に牛乳と溶かしたバター(10g)を加え混ぜ、20~30分ほど休ませる。
- ③フライパンを熱してサラダ油を薄く引き、②を流し入れ中~弱火で両面を焼く(合計4枚)。焼いたクレープは半分に折ってからさらに扇型に折り重ねる。
- ④フライパンにバター(20g)を入れて火にかける。バターが溶けたら③を入れ、キュランをかけてフランベする。炎が消えたらオレンジジュースを加え、全体に少しとろみがつくまで煮詰める。
- ⑤器に④を盛り付け、食べやすい大きさに切ったオレンジのをせ、ミントの葉を飾る。

※好みで、食べやすい大きさに切ったオレンジはソースと一緒に軽く煮てもよい。また、好みでバナナアイスをトッピングしてもよい。

ガス料金のお支払いに

ウォレット請求書支払いがご利用いただけます



家で支払いできて便利でラクチン!



ホームページに詳しいご案内がございます



新発田ガス

本社 ☎(0254)22-4181  
中条支店 ☎(0254)43-4181  
村上出張所 ☎(0254)50-4132  
ショールーム くらすテージ ☎(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。

