

1 親子料理教室

1・2年生集まれ!
夏野菜でクッキング!

●日時: **8月10日**
10:00~13:00

●講師: **新発田市栄養士**

●定員: 8組(抽選)
(小学1・2年の親子)
お父さんの参加大歓迎!

●受講料: 800円

メニュー
・カラフル夏野菜のふんわり焼き
・ごはん(鍋で作る体験)
・もずくのみそ汁
・アップルシャーベット



2 親子料理教室

3・4年生集まれ!
元気もりもりカレー!

●日時: **8月24日**
10:00~13:00

●講師: **新発田市栄養士**

●定員: 8名(抽選)
(小学3・4年の親子)
お父さんの参加大歓迎!

●受講料: 800円

メニュー
・元気もりもりカレー
・ターメリックライス
・のり酢和え
・フルーツを使ったデザート



3 1DAY料理教室

**もものコンポートと
シフォンケーキ作り**

●日時: **8月4日**
10:00~13:00

●講師: **中山 泰平**

●定員: 16名(抽選)

●受講料: 1,000円

Pâtisserie
Le Trèfle



**8月の
実演
試飲会**

**マンゴーラッシーを
楽しもう!(ジンジャー風味)**

●日時: **8月3日**
10:30~11:30

●講師: **小林 貴史**

●定員: 16名(抽選)

●参加費: 無料

クレープ付



※画像はイメージです。

受講生募集

4 1DAY料理教室

**おもてなしの
涼菜3品**

●日時: **8月26日**
10:00~13:00

●講師: **嶋谷 仁**

●定員: 16名(抽選)

●受講料: 1,500円

メニュー
・海月とぜんまいの胡麻酢和え
・う巻き玉子
・とろろそば



5 カルチャー教室

**花育 親子
こけだま教室**

●日時: **8月9日**
10:00~11:00

●講師: **川口 麻衣子**

●定員: 9組(18名)(抽選)
お子様は年少以上

●受講料: 1組1,000円

※親子で2個作ります。
※大人の方のみの参加もOK!
ご相談ください

みどりの
育て方のお話付
テーマ
『葉っぱも息を
しているんだよ!』



お申し込み・お問い合わせは

「くらすてーじ」まで電話にてお申し込み下さい。

☎0254-20-2525

「くらすてーじ」営業時間/AM9:30~PM6:30 ※定休日/水曜日

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
なたでもお申し込みできます。※①~④に限る。

※定員を超えた場合は、抽選と
させていただきます。(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。

①~⑤の
お申し込みメ切り
7/27(日)
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

南瓜のそぼろ煮

材料・分量 (4人分)

- 南瓜.....350g
- 鶏挽き肉.....80g
- 生姜.....1片
- 水.....300cc~
- 出汁の素.....小さじ1/3
- 砂糖.....大さじ2
- 酒.....大さじ2
- 醤油.....大さじ2
- 水溶き片栗粉
- 片栗粉.....小さじ2
- 水.....小さじ4

作り方

- ①南瓜は種を取り除き一口大に切り、皮を薄くむき面取りをする。
- ②生姜はみじん切りにする。
- ③小鍋に水・出汁の素・調味料を入れ、鶏挽き肉・②を加え、火にかけてそぼろ状にする。沸騰したらあくを取る。
- ④③に①を加えて竹串がスッと通るまで煮る。
- ⑤④の南瓜を取り出し、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ⑥器に南瓜を盛り、⑤をかける。

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ます。
土、日、祝日は除きます。




2014 ニコタン&モモタンパズル

左のパズルシールを5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。

**お楽しみニコタンモモタングッズ
プレゼントします。**

2014年7月号



nikotan news
ニコタンニュース

平成26(2014)年 **7** 月号



**第8回 ニコタン
にが絵コンテスト募集中**

くらすてーじでは
9月30日まで画用紙と色えんぴつ等を
準備して待っています。
お気軽に描きにきてください。



新発田ガス

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

新発田ガス・ショールーム
くらすてーじ ☎(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)