

受講生募集

① 1DAY 料理教室

旬のハーブを使った肉料理

～ローズマリーとセージの保存&活用法～

・日 時: **9月18日(火)**
10:00～13:00
ハーブインストラクター

・講 師: **横山 しのぶ**

・定 員: 16名(抽選)

・受講料: 1,000円

メニュー

- ・牛肉の白ワイン煮
- ・じゃがいものロースト
- ・ローズマリー風味 他1品



② 1DAY 料理教室

手軽に作れる スイートポテト

・日 時: **9月27日(木)**
10:00～13:00

・講 師: **笹川 知恵子**

・定 員: 8名(抽選)

・受講料: 1,000円

他メニュー

- ・パンブキンプリン



※写真はイメージです。

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

新発田ガス ショールーム Kurastage
くらすテージ

③ 1DAY 料理教室

エッグ ベネディクトと ごちそうサラダ

・日 時: **9月28日(金)**
10:00～13:00
新潟調理師専門学校

・講 師: **山井 英司**

・定 員: 16名(抽選)

・受講料: 1,000円



※イラストはイメージです。

④ 1DAY 料理教室

今晚からはじめる! おとうふメニュー

京ヶ瀬で人気のとうふ店店主が、おとうふ、油揚げ、豆乳の美味しい食べ方を教えます♪

・日 時: **9月30日(日)**
10:00～13:00
京ヶ瀬豆腐 まめ工房いとう

・講 師: **伊藤 玲子**

・定 員: 16名(抽選)

・受講料: 1,000円

メニュー

- ・とうふのそぼろごはん
- ・じゃが芋と油揚げのしゃきしゃき炒め
- ・おとうふのサラダ
- ～にんじンドレッシング～
- ・豆乳入りスコーン
- ・かたん!豆乳スムージー



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
8/30(木)
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 ||

バナナチーズケーキ

～バナナの香りを楽しもう～

材料・分量 (18cm型 1台分)

・グラハムクラッカー 80g	a	・クリームチーズ 150g
・シナモン 小さじ1		・サワークリーム 20g
・バター……………50g		・プレーンヨーグルト 50g
・バナナ……………150g		・グラニュー糖 70g
・レモン汁 大さじ1と1/2		・生クリーム 100g
・粉ゼラチン……………12g		・型に塗るサラダ油 適量
・水……………60cc		

準備

- ・型の底にサラダ油を薄く塗っておく。
- ・ゼラチンをふやかしておく。

作り方

- ①クラッカーはポリ袋に入れて、めん棒等でサラサラになるまで叩く。シナモンを加える。とかしバターを加えしっかりと混ぜサラダ油を塗った底にしっかりと敷き詰め平らにならし冷蔵庫で冷やす。
- ②ボウルにバナナをちぎりながら入れ、フォークで粗く潰しレモン汁を加え混ぜる。
- ③クリームチーズは湯煎または電子レンジで柔らかくし、ボウルにaの材料を次々と入れ泡立て器でクリーム状になるまで練る。
- ④ふやかしておいたゼラチンを③のボウルに混ぜる。
- ⑤別のボウルで氷水をあてて生クリームをトロリとするまで泡立て、④のボウルに加えてなめらかに混ぜる。①の型に流し冷蔵庫で固める。

2018 ニコタン&モモタンパズル



左のパズルシールを6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!

2018年 **8**月号

nikotan news

ニコタンニュース

平成30(2018)年 **8**月号



nikotan&momotan

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)

<http://www.nikotan.com>