

募集期間・詳細につきましては3/15(木)折込みチラシをご覧ください。

月曜日

**家庭で作る
洋食屋さんの味**

- 講師：山井 英司
- 受講日：4/23・5/28・6/25
- 定員：16名

- 4月 豚ひれ肉のチーズ焼きピザソース
- 5月 洋食屋さんの定番オムライス
- 6月 洋食屋さんの懐かしナポリタン

おうちで中華

- 講師：渡辺 篤
- 受講日：4/16・5/21・6/18
- 定員：16名

- 4月 豪華に！旬の魚の姿煮しに挑戦
- 5月 海老チリと海老マヨ
- 6月 新発田のアスパラと牛肉のオイスターソース炒め

木曜日

**毎日
おうちごはん!!**

- 講師：吉田 奈美
- 受講日：4/12・5/10・6/14
- 定員：16名

- 4月 手作りコーンクリームコロッケ
- 5月 いわしと玉葱のさっぱり煮
- 6月 フライパンで簡単煮豚

土曜日

季節の和食

- 講師：小林 歩
- 受講日：4/21・5/19・6/16
- 定員：16名

- 4月 筍1本 使いきり料理
- 5月 初鰯と新玉の生春巻き
- 6月 新じゃがのクリームグラタン

**簡単美味しい
手作りお菓子**

- 講師：佐藤 友子
- 受講日：4/14・5/12・6/9
- 定員：8名

- 4月 苺のシャルロットロールケーキ
- 5月 フルーツのシャルロットケーキ
- 6月 ココナッツのシフォンケーキ

申込み締切日：3月29日(木)

上記の料理教室について
開講時間／10:00～13:00
(土曜お菓子は13:00～16:00まで)
受講料／各コース 4,500円

※料理教室を初めてご利用の方3,000円
(コース並びに1DAY料理教室未経験の方)
※全コース共、定員を超えた場合は、抽選とさせていただきますのでご了承ください。
(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。
※お1人様3コースまでのお申し込みとなります。

お申し込み・お問い合わせ

電話又はホームページにてお申し込み下さい。
0254-20-2525
<http://www.nikotan.com>

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。

1 DAY
料理教室

スパイスで作る!
極旨
チキンカレー

- 日時：4月15日(日)
10:00～13:00
- 講師：横山 しのぶ
- 定員：16名(抽選)
- 受講料：1,000円



2 DAY
料理教室

伝統の
“新発田巻き”で作る
**越後名物「笹団子」
& 季節の筍ごはん**

- 日時：4月22日(日)
10:00～13:00
- 講師：高橋 美奈子
- 定員：16名(抽選)
- 受講料：1,000円



3
カルチャー
教室

アロマの香りとお花を飾る
**アロマワックス
オーナメント**

- ミツロウに天然精油とお好きな花材を使って作る、ナチュラルな壁飾りです。
- 日時：4月8日(日)
10:30～12:00
 - 講師：溝口 美代子
 - 定員：10名(抽選)
 - 受講料：800円



サイズ：縦10cm×横7cm 厚さ約5mm

※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

あさりの
フライパンで
カレーパエリア

材料・分量

- 米……………2カップ
- 玉葱……………50g
- にんにく 1/2かけ
- 鶏もも肉…100g
- 塩・胡椒…少々
- ピーマン…1ヶ
- トマト…1ヶ
- 海老…4尾
- アサリ…1パック
- ほたるいか 12ハイ
- オリーブオイル 大2 (a)
- 塩……………小1/2～
- 胡椒……………少々
- カレー粉…少1
- 白ワイン…50cc
- 水……………350cc
- スープの素…1個
- レモン……………適宜

作り方

- ①米はといでざるに上げて水気を切っておく。
- ②あさはりは砂だしをする。玉葱・にんにくはみじん切り。鶏もも肉は指先大に切って塩・胡椒する。ピーマン・トマトは1cm角に切る。海老は背わたを取る。
- ③フライパンにオリーブオイル大1を入れ玉葱・にんにくを炒める。次に鶏肉・ピーマンをさっと炒め、塩・胡椒する。さらに残りのオリーブオイルを加え①の米をよく炒める。米が透き通ってきたら表面を平らにしてaを入れる。沸騰したらあさり・海老・トマトを加えてふたをして中火にする。
- ④③の水気が少なくなってきたら弱火にして20分加熱する。
- ⑤④の火を止めてほたるいかを入れて5分蒸らし、食べるときにレモン汁をかける。

nikotan
news ニコタンニュース

平成30(2018)年 3 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

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)

ご案内

**お引越しの
ご連絡はお早めに!**

ガスを使用・
中止される際は
お早めにご連絡
ください

