

教室開催にあたりまして、感染症拡大防止に
 対する取組み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。



2024 August 8月 料理教室

受講日 8/22(木) **今が旬！枝豆スイーツ作り**

ふわとろのチーズケーキの中には手作りのずんだ餡がたっぷり。甘さと塩気がたまらない一品です！

【講師】製菓衛生士・野菜ソムリエプロ
 古川 浩子 先生

【時間】10:00~13:00
 【定員】8名(抽選)
 【参加費】1,500円

Menu メニュー
 ・ずんだチーズケーキ(約8cmカップ4個持ち帰り)



受講日 8/24(土) **フランスの家庭料理**

身近な食材をつかって明るいフランスの家庭料理を楽しみましょう。前菜、主菜、デザートと、どれもシンプルで飽きのこない美味しさです。

【講師】Cooking Studio
 高橋 美奈子 先生

【時間】10:00~13:00
 【定員】8名(抽選)
 【参加費】1,500円

Menu メニュー
 ・糸瓜のクリームエッグル
 ・豚肉のポーベット
 ・コーヒーフリン



受講日 8/29(木) **魚介のバスタランチ**

メイン・サラダ・スイーツ付きのランチセットのように、お店のランチスタイルをお家でたのしめます。メインは魚介のバスタとムニエルの2種付きます！

【講師】Hiro Cooking Studio
 野股 正宏 先生

【時間】10:00~13:00
 【定員】8名(抽選)
 【参加費】1,500円

Menu メニュー
 ・魚介のラグーソースバスタ
 ・魚介のムニエル ラビゴットソース
 ・クリームチーズとレーズンのニンジンサラダ
 ・アボカドアイス



受講日 8/8(土) **定番にしたい！食欲そそるおそうざいノンフライ唐揚げカレー風味**

油で揚げずオープンで焼くだけでまるで唐揚げの仕上がり。カレー風味が食欲そそるおかずです。オープンなのでほったらかして大丈夫。その間にフワフワ食感の豆腐と海老の落とし焼きを作りましょう。

【講師】家庭料理教室さちこ
 園田 幸子 先生

【時間】10:00~13:00
 【定員】8名(抽選)
 【参加費】1,500円

Menu メニュー
 ・鶏肉のノンフライ唐揚げカレー風味
 ・ニラダレがよく合う！豆腐と海老の落とし焼き
 ・きゅうりの一本漬け ・枝豆ごはん ・トマトの冷製お吸い物



受講日 8/17(土) **篤先生の中華料理教室**

大人気！渡辺篤先生が久しぶりのご登場。ひんやり辛くて濃厚！暑い日に食べたくなる冷やし担々麺をつくりましょう。

【講師】新潟調理師専門学校
 渡辺 篤 先生

【時間】10:00~13:00
 【定員】8名(抽選)
 【参加費】1,500円

Menu メニュー
 ・冷やし担々麺 ・海老と枝豆のミルク炒め
 ・レタスの湯引きオイスターソース



受講日 8/19(日) **レモンをたっぷり使ってつくるイタリア料理とスイーツ**

果汁はソースに、皮は削ってパスタとスイーツに。レモンまるごと使って3品作ります。夏の暑いキッチン。爽やかな香りに包まれながらイタリア料理を作りましょう。

【講師】seeds Growder
 横山 しのぶ 先生

【時間】10:00~13:00
 【定員】8名(抽選)
 【参加費】1,500円

Menu メニュー
 ・ズッキーニとレモンのクリーミーパスタ
 ・タラのグリル胡麻レモンソースがけ
 ・レモンのブラウニー



今月のレシピ！

鶏もも肉とバジルの煮込み

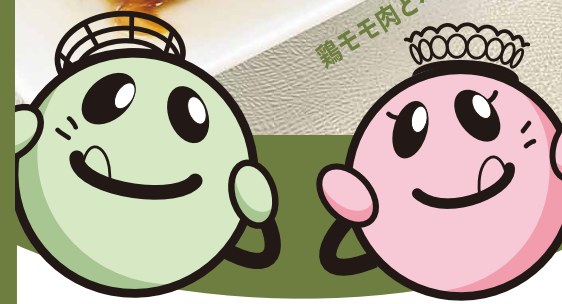
材料

- 鶏もも肉ぶつ切り…………… 300g
- じゃがいも…………… 2個
- 生姜…………… 30g
- にんにく…………… 3片
- 唐辛子…………… 1本
- バジル(又は大葉)…………… 20g
- 醤油…………… 大さじ3
- 紹興酒(又は酒)…………… 大さじ3
- 砂糖…………… 大さじ1
- 水…………… 100cc
- ごま油…………… 大さじ2

作り方

- ①じゃがいもは皮をむいて1口大に切る。
- ②生姜・にんにくはスライスする。
- ③唐辛子は種を除いて半分に切る。バジルは葉をむしる。
- ④鍋にごま油を入れ②・唐辛子を炒め、次に鶏肉のぶつ切り・①を加えて炒める。
- ⑤肉がキツネ色になったら、醤油・紹興酒・砂糖を入れ炒める。水を加えて蓋をして中央～弱火で煮る。
- ⑥汁気が少なくなるまで途中かき混ぜながら20分位煮込み、仕上げにバジルを加えて混ぜ合わせる。

nikotan news ニコタンニュース
 7月号
 令和6(2024)年7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 ☎(0254)20-2525
 営業時間/9:30~17:30 定休日/水曜日・日曜日

ニコタン&モモタンパズル2024



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!

2024年7月号

お申し込み・お問い合わせ
 新発田ガスショールーム くらすてージ
 TEL 0254-20-2525
 【営業時間】9:30~17:30 (水曜・日曜定休日)
 https://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、どなたでもお申込みできます。
お申込締切 7月29日(月) 17:00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、当選者の方に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。

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。
 エコパルプ

https://www.nikotan.com