

受講日 6/9 定番にしたい！
食欲そそるおそうざい

さっぱりとしたお味で野菜もたっぷり食べられる、
これからの季節にぴったりな南蛮漬け。何度も作りたくなります♪

【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

- 豚肉とたっぷり野菜の南蛮漬け
- コーンフレッククッキー

受講日 6/11 フルーツ カップシュー

マフィンカップで作るシュークリーム。
シュー生地とカスタードクリームの基本の作り方をマスター
しましょう♪フルーツとクリームをサンドして仕上げます。

【講師】佐藤 友子 先生

【時間】11:00～13:00

【定員】8名(抽選)

【参加費】1,500円
※2名様で調理します

Menu メニュー

- カップシュークリーム(1人4ヶ分)

受講日 6/17 フランス地方菓子の旅
～プロヴァンス編～

豊かな自然と美しい景色、太陽の恵みいっぱいの
プロヴァンス地方のお菓子を楽しく実習しましょう！

【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

- レモンのタルト(直径18cmのタルト型1台分)

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 5月30日(月)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、当選者のおみひり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。



基本的におひとり様調理、お持ち帰りとなります。

受講日 6/20 初夏の香りの
Baci di dama

2月にできなかったクッキー菓子の夏バージョン！
さわやかな「バーチ・ティ・ダーマ」いかがでしょうか。

【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

- バーチ ティ ダーマ
Baci di dama 3～4人分

受講日 6/25 みんな大好き
ミートローフ！

【講師】新潟調理師専門学校
吉田 奈美 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

- お手軽ミートローフ
- ブロッコリーとゆで卵のサラダ クリームドレッシング添え
- キウイのレアチーズケーキ

受講日 6/28 世界味巡り～Hawaii～

第8回は魅力溢れる楽園ハワイへ旅気分♪
多様な食文化が根付くハワイ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

- ロコモコ
- ポーチューギーズ・ビーン・スープ(ポルトガル風豆スープ)
- ハウピア(ココナッツミルクのデザート)

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 /

春野菜のケーキサレ

材料・分量(18cmのパウンドケーキ型)

- 卵……………1個
- 牛乳……………50cc
- サラダ油……………35g
- 薄力粉……………50g
- ベーキングパウダー……………小さじ1/2
- 塩……………小さじ1/4弱
- 胡椒……………少々
- ベーコン(塊)……………40g
- アスパラガス……………2本
- パプリカ(赤・黄)……………各20g
- 新玉葱……………25g
- 黒オリーブ……………10g
- プロセスチーズ……………40g

作り方

- 薄力粉とベーキングパウダーは合わせてふるう。
- ベーコンは1cmの角切りにする。アスパラガスは2cm長さに切る。パプリカは1cmの角切りにする。玉葱は薄切りにする。黒オリーブは5mm角に切る。チーズは角切りにする。
- ボウルに卵を割りほぐし、牛乳を入れる。サラダ油を加えて②・塩・胡椒を入れる。
- ③に①を入れて混ぜ合わせる。
- ④を型に流し入れて180℃のオーブンで30分位焼く。

ガス料金のお支払いに

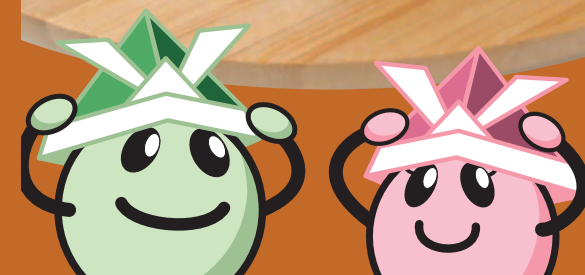
ウォレット請求書支払いが
ご利用いただけます



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)53-4132

ショールーム ☎(0254)20-2525

くらすテージ

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。

http://www.nikotan.com