

教室開催にあたりまして、感染症拡大防止に
対する取組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
7/23

アマンドケーキ

アマンドとは「アーモンド」のこと。アーモンドプードル
をたっぷり使って作るシンプルな焼き菓子です。



※写真はイメージです。

【講師】 笹川 知恵子 先生
【時間】 10:00～12:00
【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

- ・アマンドケーキ(2～3人分)
- ・クリーミプリン(2個)

受講日
7/26

フランス地方菓子の旅 ～ポワトゥー編～

フランス西部の大西洋を望むポワトゥー地方で、
19世紀から親しまれている、しっとりとした食感のチーズケーキ。
表面を黒く焼き上げるのが特徴で、冷やして食べるのがおすすめです。
今回は、フランスでも人気の抹茶の風味をきかせます。



【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

- ・ポワトゥー地方のチーズケーキ～抹茶の風味～
(直径15cmの丸型1台分)

受講日
7/30

夏土用のお茶とマフィン

夏の疲れた体にお菓子とお茶で養生しましょう。
先生がこの時期にあわせて特別にブレンドした養生茶の
おみやげ付きです



【講師】 漢方茶ブレンダー
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

- ・アプリコットのマフィン(2～3人分)
- ・ブレンド茶

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

新発田ガスショールーム Kurastage
くらすテージ

2022
June

7月 料理教室

受講日
7/9

簡単美味しい 手作りお菓子

朝食やアフタヌーンティーのお供に。
サクサクのイングリッシュコーンを作りましょう。



【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

Menu メニュー

- ・イングリッシュコーン 2種(12個分)

受講日
7/14

定番にしたい！ 食欲そそるおそうざい

お肉、お魚、お野菜、どれに合わせても美味しく仕上がる万能パー
ベキューソースを作りましょう。ストックしておくともとても便利なソースです。



【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

- ・パーベキューソース(2～3人分)
- ・桃のケーキ(15cmの丸型1台分)

受講日
7/19

世界味巡り ～ギリシャ共和国～

第9回目はギリシャ共和国へ旅気分♪
美味しいギリシャ料理の定番メニューをご紹介します。



【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

- ・ムサカ(ナスとジャガイモのミートソースグラタン)
- ・カラマリ(ギリシャ風イカのから揚げ)
- ・サジキ(ギリシャ風ヨーグルトソース)

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 6月28日(火)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、当選者におのみ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。

※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。

今月のレシピ /

三色そばろごはん

材料・分量【4人分】

<肉味噌そばろ>

- 鶏ひき肉……………300g
- 長ネギ……………1本
- 油……………大さじ1
- しょう油……………大さじ1
- 砂糖・みそ・酒……………各大さじ2
- しょうが汁……………小さじ2
- かつお節……………1パック(2～3g)

<炒り卵>

- 卵……………3個
- 砂糖……………小さじ2
- 塩……………ひとつまみ
- 油……………小さじ1
- いんげん……………6本
- ごはん……………4膳

作り方

①肉味噌そばろを作る。

長ネギはみじん切りにする。Aを合わせ
ておく。フライパンに油と鶏ひき肉を入
れ、中火で炒める。鶏ひき肉の色が変わっ
たら、長ネギを加えて炒め、しんなりした
らAを加えて汁気が少なくなるまで炒め
る。仕上げにしょうが汁とかつお節を加
えて混ぜる。

②炒り卵を作る。

ボウルに卵を割りほぐし、砂糖と塩を加
えて混ぜる。フライパンに油を温め、②を
加えて箸で混ぜながら炒り付ける。

③いんげんは塩ゆでして食べやすい大き
さに切る。

④器にごはんをよそい、①・②・③のをせる。

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

nikotan
news ニコタンニュース

令和4(2022)年6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

くらすテージ ☎(0254)20-2525

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>