

受講日  
12/25(木)

### まるごとカマンベールチーズのミートローフ

カットするとき皆で盛り上がること間違いない!なミートローフを作ります。クリーム系の一品とスイーツ2種を添えて冬にぴったりの温かく華やかなお料理をつくります。

【講 師】ヒロクッキングスタジオ  
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

- まるごとカマンベールチーズのミートローフ
- ・シュークリーム (ジョージア風チキンクリームソース)
- ・マシュマロスイーツ 2種 (24時間サラダ&ザクザクグラノーラ)



### 冬休み親子料理教室

#### どうぶつキャラまん

#### 子ブクちゃん&パンダちゃんをつくろう

見た目がかわいい肉まん&あんまんを生地からつくります。包み方や形成も先生と一緒に練習していきましょう!

【講 師】新潟調理師専門学校

渡辺 篤 先生

【時 間】10:00~13:00

【定 員】親子4組 8名(抽選)

【参加費】1,500円/1組



#### Menu メニュー

- ブタまん(肉まん) & パンダまん(あんまん)各1個お持ち帰り  
※他各自に肉まん&スープの試食あり

◆親子1組とは大人1名と子ども1名です。

◆子どもの対象年齢は小学生以上です。

◆きょうだいで体験希望の場合は+500円(試食付)です。

### ☆お申込み方法☆

#### 受講対象者

新発田市、胎内市、村上市、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。

#### お申込み締切

11月30日(日)16:00まで

#### お申込み方法

新発田ガスホームページよりお申込みください。  
こちらの二次元コードからも申込受付が可能です。

#### 詳細

※各教室定員を超えた場合は抽選となります。  
抽選結果につきましては、抽選後当選された方へ当選通知メールにてご連絡いたします。

※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。

@shibatagas.co.jpからのメールが  
受信できるよう設定をお忘れなく。



新発田ガスショールーム  
2025 DECEMBER

Kurastage  
くらすテージ  
料理教室

受講日  
12/8(月)

### 肉の旨みが際立つ!ハンバーグステーキ

オープンでじっくり焼くことで肉のうま味がぎゅっと詰まった満足感の味わえるハンバーグを作ります。カリフラーのグラタンとともにあわてない料理としていかがでしょう。

【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

- 肉のうま味際立つハンバーグステーキ
- ・カリフラーときのこのグラタン



受講日  
12/11(木)

### チキンロールのオーブン焼き

オープン任せのお手軽メニュー!なのにテーブル映えするので年末のごちそうにもおすすめの料理です。焼き時間の間にパパッと数品作りましょう。

【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

- チキンロールのオーブン焼き
- ・ほうれん草とゆで卵のグラタン
- ・ヨーグルトゼリー苺ソースかけ
- ・キャロットライス



受講日  
12/16(火)

### 季節の食材を愛しむ会

繁忙期の師走。旬の食材をつかった心温まる家庭料理をシンプルに作ります。「お料理とお菓子の基本」をおさらいしましょう。

【講 師】Cooking Studio M

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

- ぶりの照り焼き
- ・豚大根と車麩の煮込み
- ・オートミールクッキー



受講日  
12/20(土)

### クリスマスリースパン

パン生地を編み込んでリース風に丸めます。この時期にピッタリなべられるリースです。

【講 師】笹川 知意子 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

- クリスマスリースパン(お持ち帰り)
- ・グリルチキンのサラダ
- ・カボチャのポタージュスープ



### 今月のレシピ /



## アップル カップケーキ

【材 料】紙カップ5×6.5cm 7個分

A	●きび砂糖	60g
	●はちみつ	15cc
	●塩	ひとつまみ
B	●卵 (M)	2個
	●薄力粉	80g
	●ベーキングパウダー	小さじ 1/2
	●シナモン	小さじ 1/2
	●アーモンドパウダー	60g
	●バター	40g
	●ラム酒	小さじ 2
	●りんご	300g
	●くるみ	30g

#### 【準 備】

☆りんごは皮をむいていちょう切りにしておく

☆バターは溶かしておく

#### 【作り方】

①ボウルに卵をときほぐし、Aを加え湯煎にかけ人肌になるまで泡立て器でかき混ぜる。

②湯煎からはずし白っぽくなるまで泡立てる。

③④にBを振り入れ切るように混ぜ溶かし、バター、ラム酒を加え混ぜる。

④⑤にいちょう切りにしたりんごとくるみを加え全体に混ぜ、型に流し入れる。

170℃で20分焼く。

焼きがたりなければ追加で調整する。

nikotan  
news ニコタンニュース

11 月号



詳しくは  
中みてね



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  
くらすテージ ☎ (0254)20-2525

営業時間 / 9:30~17:30 定休日 / 水曜日・日曜日