

受講日
3/26(木)

肉巻きおにぎりのたこ焼き風

目で驚いて、食べて納得! 野股先生お得意の遊び心あふれる変身メニューで、作る楽しさとおいしさを味わいましょう。

【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

- 肉巻きおにぎりのたこ焼き風
- 新潟手羽先
- 若竹焼
- イチゴの和風もちりクレープ



受講日
3/28(土)

親子料理体験教室 手作りピザを作ろう!

生地づくりから焼き上げまでを体験。食材は自由にトッピング! 世界に一つだけのピザを作りましょう。

【講師】 新潟調理師専門学校
吉田 奈美 先生

【時間】 10:00~13:00
【定員】 親子4組(抽選)
【参加費】 1,500円(1組)

Menu メニュー

- 生地からつくるミックスピザ
- 野菜たっぷりスープ

◆親子1組とは大人1名と子ども1名です。 ◆おさま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(試食付き)です。



受講日
3/30(月)

お寿司 賞寿司の会

賞寿司は、笹の葉を農作業の箕の形に模した「笹寿司」で、妙高・上越・糸魚川エリアで親しまれている郷土料理です。おもてなしやお弁当にも。

【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

- 賞寿司
- はまぐりのお吸い物



☆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 2月28日(土)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し込みください。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、開催しない場合がございます。

@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 Kurastage くらすたージ

2026 MARCH 3月 料理教室

受講日
3/12(土)

マッシュポテトと和風ミートソースの重ね焼き

和風のミートソースがご飯に合います。他、春野菜を使った簡単なお手軽メニューで食卓を彩りましょう。

【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

- マッシュポテトと和風ミートソースの重ね焼き
- 人参とオレンジのマリネ
- 春野菜と豆のスープ



受講日
3/14(日)

ホットケーキミックスでつくるフルーツケーキ

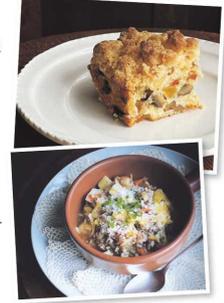
手軽なのに満足感たっぷり! 普段のおやつや手土産にもちょうどいい焼き菓子です。食べ応えのあるミネストローネとともにどうぞ。

【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

- ホットケーキミックスで作るフルーツケーキ(15cm丸形1台お持ち帰り)
- 簡単ミネストローネ



受講日
3/17(火)

いちごのシャルロットロールケーキ

サクッと軽いビスキュイ生地で苺とフルーツ、生クリームを包んだ見た目も華やかで春らしいロールケーキを作ります。

【講師】 製菓衛生師・野菜ソムリエプロ
古川 浩子 先生

【時間】 10:00~12:30
【定員】 8名(抽選)
【参加費】 1,500円

Menu メニュー

- 苺のシャルロットロールケーキ(約25cm 1本お持ち帰り)



今月のレシピ!

ヤンニョムチキン れんこん



- 【材 料】** 2人分
- 鶏もも肉.....1枚(250g)
 - 塩.....少々
 - れんこん.....100g
 - 片栗粉・小麦粉.....各大さじ2
- A
- 砂糖・コチュジャン・トマトケチャップ・みりん.....各大さじ1
 - しょう油・ゴマ油.....各小さじ1
 - にんにく(おろし).....1/2かけ分
- 油.....大さじ3~
 - ピーナッツ.....適量

- 【作り方】**
- Aを合わせる。ピーナッツは粗く刻む。
 - れんこんは皮をむいて1cm厚さの半月切りにし、水に放し水切りする。鶏肉は余分な脂を取り除き、ひと口大に切り、塩をもみ込む。
 - パットに片栗粉と小麦粉を合わせ、②を加えてまぶす。
 - フライパンに油を入れ、③を広げて並べ(鶏肉とれんこんを別々に焼いてもOK)、両面焼き色が付いたら取り出す。
 - フライパンをキレイにし、Aを加えて中火で加熱する。煮立ったら④を入れ、全体にからめる。器に盛り、ピーナッツを散らす。

nikotan news ニコタンニュース

令和8(2026)年 2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 くらすたージ ☎(0254)20-2525

営業時間 9:30~17:30 定休日・水曜日・日曜日