

受講日
7/28(火)

フランスの家庭料理

暑い夏!身近な旬な食材で心もからだも元気になるフランスの家庭料理をご紹介します。旬のきゅうりを使った爽やかなソースは日々の食卓に取り入れやすいですね。

【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

- ・とうもろこしのムース
- ・真いわしのグリエ〜胡瓜のソース〜
- ・ブルーベリータルト



夏休み
おやこクッキング!

受講日
7/25(土)

今が旬! 粒豆でスイーツを作ろう
“ずんだレアチーズケーキ”

新潟の夏代表“えだまめ”がスイーツで大変身! つぶして・まぜて楽しく作る、ひんやりおいしいずんだレアチーズケーキを親子で楽しく作ろう!

【講師】 製菓衛生師・
野菜ソムリエプロ
古川 浩子 先生

【時間】 10:00~13:00
【定員】 親子4組 8名
【参加費】 1,500円 (1組)

Menu メニュー

- ・ずんだレアチーズケーキ 6カップ



受講日
7/31(金)

型抜きクッキーとアイシングデコ

クッキー生地を伸ばして、型抜き! 焼きあがったクッキーにアイシングでデコレーション! 初めてでも大丈夫、親子で楽しくかわいいクッキーを完成させよう!

【講師】 オーダーケーキ・
アイシングクッキーのお店 Ollie
折笠 まり 先生

【時間】 10:00~13:00
【定員】 親子4組 8名
【参加費】 1,500円 (1組)

Menu メニュー

- ・アイシングクッキー 4枚 (1組)

※写真はイメージです。



◇親子一組とは大人1名と子ども1名です ◇子供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(おひとり)です。

新発田ガスショールーム Kurastage
くらスタージョ

2026 JULY 7月 料理教室

受講日
7/9(木)

ししゃもで作るお手軽南蛮漬け

下処理不要のししゃもを揚げずに焼き漬けます。手軽に作れて作り置きにも便利な一品です。

【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

- ・ししゃもの南蛮漬け
- ・豚肉ととうもろこしのバター醤油炒め
- ・アスパラごぼん
- ・ミニトマトの冷製お吸い物



受講日
7/14(火)

話題の料理 “マリーミーチキン”

鶏肉にトマトクリームソースがよく絡んで一度食べると病みつきになる煮込み料理。胃袋を掴んでしまう魅惑の一皿です。濃厚ソースのあとはサラダと冷たいデザートでさっぱりと。

【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

- ・マリーミーチキン
- ・ズッキーニとひよこ豆のサラダ
- ・冷たいデザート



受講日
7/17(金)

手打ちうどんと季節のかき揚げ

粉から手打ちで作る本格うどん教室です。コシと風味を楽しむ一皿を自分で仕上げましょう。季節の天ぷらと一緒に召し上げが。

【講師】 新潟調理師専門学校
池野 由梨香 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

- ・手打ちうどん
- ・季節のかき揚げ
- ・手作リアイスクリューム



受講日
7/23(木)

暑い夏を乗り切る!夏の韓国料理

野菜ももりもり食べられるサムギョブサラダと冷麺で元気をチャージ! ゆず茶ゼリーで爽やかに!

【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

- ・韓国冷麺
- ・サムギョブサルのスタミナサラダ
- ・柚子茶ゼリー



今月のレシピ!

そば粉のガレット
~サラダ仕立て~

【材料】 2人分

クレープ生地

A

- そば粉.....30g
- 小麦粉.....10g
- 卵.....1/2個
- 塩.....ひとつまみ
- 水.....100cc

- サラダ油(バターでもよい).....適量
- 卵.....2個
- 溶けるチーズ.....40g
- トッピング用サラダ(好みのもの).....適量
- 生ハム.....適量

ドレッシング

- マヨネーズ.....大さじ1
- サラダ油(またはオリーブ油).....大さじ1/2
- 酢.....小さじ1
- コショウ.....少々
- 粉チーズ(好みで).....適量

【作り方】

- ①ボウルにAのクレープ生地材料をいれてよく混ぜる。
- ②フライパンにサラダ油を薄く引いて中火にかけ、①の生地を半分(1枚分)を流し入れる。焼きが付いたら返して、もう片方の面を焼く。
- ③②の上に卵をのせ、軽く割りほくして全体に広げる(割りほくさず、目玉焼きにしてもよい)。卵に7割ほど火を通したら溶けるチーズをのせて火を止めて四方を折りたたみ、器に移す。
- ④ドレッシングの材料を混ぜ合わせる。
- ⑤③の上にトッピング用のサラダを盛りつける。生ハムをのせ、上から④のドレッシングをかける。

※好みで、粉チーズをドレッシングに加えるか、上から振りかけてもよい。



☆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、聖籠町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 **6月29日(月)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、開催しない場合もございます。

QRコード

※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

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
くらすてージ

営業時間/9:30~17:30 定休日/水曜日・日曜日

お申込み方法は
折りたたんだ裏面をご覧ください▶