

Let's cooking!

1日限りの料理講座

複数受講は可能です

4/14(火)スタート

パン定例【初級コース】全6回



※修了証が貰えるコースではありません。

■講師/JHBS師範 近藤 寿子
■時間/10:00~13:00
■受講料/18,000円 ■定員/10名

4/7(火)

和風ヘルシーイタリアン



①豆腐と生ハムのアンティパスト
②豆乳と魚介の冷製パスタ
③ささみでミラノ風カツレツ
④京揚げ入りのカボチータ
⑤豆腐と生クリームのエスプレッソパンナコッタ

■講師/とうふマイスター 戸山 千春
■時間/10:00~13:00
■受講料/3,000円 ■定員/10名

4/9(木)

地元のみそ屋さんのみそ作り



①みそ(2キロお持ち帰り)

■講師/サクラみそ食品(株) 緒方 健一
■時間/14:00~15:00
■受講料/1,500円 ■定員/10名

4/22(水)

小籠包を作ってみよう



①小籠包(ショウロンポウ)
②漢菜餃子(菜脯スープ)
③魯肉飯(ルーローハン)

■講師/林さん亭 林 正二郎
■時間/10:00~13:00
■受講料/3,000円 ■定員/10名

5/20(水)

お魚の洋風フルコース



①エビカツサンド
②手作リッツァ(シーチキン)
③鯖のカルパッチョ④海老のピスコ

■講師/福岡中央市場 城下 和夫/美砂
■時間/10:00~13:00
■受講料/3,500円 ■定員/10名

5/27(水)

地元のみそ屋さんのみそ作り



①みそ(2キロお持ち帰り)

■講師/サクラみそ食品(株) 緒方 健一
■時間/14:00~15:00
■受講料/1,500円 ■定員/10名

6/1(月)

手打ちうどん



①肉うどん(麺のお持ち帰り有)

■講師/たけ屋うどん 加藤 正明
■時間/14:00~16:30
■受講料/2,000円 ■定員/10名

6/4(木)

人気のキムチ作り&韓国料理



①白菜キムチ(お持ち帰り有)
②韓国味噌チヂミ ③ポサム

■講師/韓国家庭料理 無路花 ベク・ヨンメ
■時間/10:00~13:00
■受講料/3,000円 ■定員/10名

6/18(木)

季節フルーツのタルト



①季節のフルーツタルト
(1ホールお持ち帰り)

■講師/明空工房 園田 明空
■時間/10:00~13:00
■受講料/3,000円 ■定員/10名

6/23(火)

クリームを使ったイタリア料理



①じゃが芋の冷製ポタージュスープ
②夏野菜のトマトクリームパスタ
③焼肉鶏もも肉のマスタードクリーム焼き

■講師/イタリアノアッカ 山浦 博文
■時間/10:00~13:00
■受講料/3,000円 ■定員/10名

6/26(金)

地元のみそ屋さんのみそ作り



①みそ(2キロお持ち帰り)

■講師/サクラみそ食品(株) 緒方 健一
■時間/14:00~15:00
■受講料/1,500円 ■定員/10名

※画像はイメージです。■料理講座共通の持ち物/エプロン、筆記用具、ハンドタオル

サクラみそ食品さんが教えてくれる味噌を使ったレシピ

塩麹を使った和風カルパッチョ

材料(人数で量を調整)

お刺身(鯛、サーモン)

塩麹 大さじ1

オリーブオイル 大さじ2

A リンゴ酢 小さじ1/2

砂糖 小さじ1/2

ハーブミックス 小さじ1/2

ブラックペッパー 少々

ラディッシュ 1個

オリーブ 少量

柚子の皮 少量

ピンクペッパー 少々

エクストラバージンオイル 適量

作り方

- ①お刺身に塩麹を塗り、10分休ませる。(塩麹はお刺身の10%くらい)
- ②Aの材料でドレッシングを作る。
- ③ベビーリーフを皿に盛り付ける。
- ④刺身の水分を取り、皿に盛り付け②のドレッシングをかける。
- ⑤ラディッシュ、オリーブ、柚子の皮をお好みの大きさにカットして、皿に盛り付け、ピンクペッパーをかける。
- ⑥エクストラバージンオイルをかける。

今回使用した
当社の商品説明
[塩麹]

麹(こうじ)の甘い香りとまろやかな塩味が特徴の発酵食品です。国産原料100%の塩麹。塗っても漬けても焼いても美味しい、麹から生まれた発酵調味料です。肉、魚の塩焼きに! 野菜の漬け込みにも!



今回のレシピを提供してくれた /



サクラみそ食品株式会社 緒方 健一さん

久留米市梅満町高海1638番地の4
(久留米西田工業団地内)

tel.0942-35-3818(代)



久留米の美味しいグルメをご紹介



久留米一番街沿いの「鉄板食堂 みなはれ」は、関西で18年間修業した店主が腕をふるう『本格鉄板料理』のお店です。お好み焼きや焼きそばはもちろん、鉄板焼きの一品料理も豊富です。カウンターから半個室、貸切まで幅広く対応し、ランチから宴会まで活用できるお店です。

屋のおすすめ3品

- べた焼・ごはんセット
- 焼そば・ごはんセット
- 黒毛和牛の牛丼定食

夜のおすすめ3品

- 京風 ねぎ焼(豚肉・イカ)
- とんべい焼
- プリプリえびれんこん

鉄板食堂 みなはれ TEL 0942-46-3780

住所/久留米市東町26-9 営業時間/月曜日から日曜日 店休日/木曜日
(昼)11:00~15:00(夜)16:00~23:00 ※土曜日は24:00まで営業

暮らしのあれ!これ!
ショールーム

久留米ガス

〒830-0003 久留米市東櫛原町1089

<http://kurumegas.co.jp>

久留米ガス

TEL.0942-36-2607

休館日 土・日・祝日

営業時間 10:00~17:35

- 講座のお申し込み・お問い合わせはお電話にて受付致します。
- 応募者多数の場合は抽選です。当選の方のみ、当ショールームより連絡致します。
- 当選後のキャンセルはキャンセル料が発生します。ご注意ください。
- 開催日の2週間前が応募締切。
- 当選連絡は開催日の1週間前まで。

