

久留米ガス ショールーム内で♪ Enjoy料理教室

1日料理教室

4/1 (月) 定員10名	4/5 (金) 定員10名	4/6 (土) 定員10名	4/11 (木) 定員10名	4/16 (火) 定員10名
春の呉豆腐ご膳 〈講師〉とうまマイスター 戸山 千春 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①呉豆腐作り②胡麻だれ、ゆず味噌作り ③呉豆腐の天ぷら④魚卵かけ ⑤湯葉の炊き込みごはん ⑥湯葉のお吸い物 ⑦呉豆腐のもちろち和パフェ	シャルロットフリーズケーキ 〈講師〉お菓子の家クルルド・銀月 松崎 優美 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉3,000円 ①シャルロットフリーズ (1ホールお持ち帰り)	イースターアイシングクッキー 〈講師〉sugar map JSA7アイシングクッキー認定講師 石井 昌子 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①アイシングクッキー (お持ち帰り)	春の宴中華料理 〈講師〉林さん亭 林 正二郎 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①中華風牛肉のタタキ ②春菊の肉巻き揚げ ③イカの細切り四川和え	春の食材を使ったディナー 〈講師〉鉄板バルサクマル 古賀 将平 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①春野菜のアフリオリオ ②鯖のソテー③桜エビを使ったパスタ ④季節フルーツを使ったカクテル ※ノンアルコール
4/19 (金) 定員10名	4/20 (土) 定員10名	4/23 (火) 定員10名	4/26 (金) 定員10名	5/13 (月) 定員10名
地元のみそ屋さんが教える！ みそ作り 〈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 ①みそ(2キロお持ち帰り)	母のフレンジケーキ 〈講師〉明空工房 園田 明空 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①母のフレンジケーキ (1ホールお持ち帰り)	簡単腸活！味噌玉作り 〈講師〉とうまマイスター 戸山 千春 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①麹と発酵のプチ講座 ②味噌玉作り ③味噌玉、生甘酒、おにぎり、 麹漬物のご試食	お家で簡単！洋風ランチ 〈講師〉松延 俊昭 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①ポークのハム&チーズのピカタ ②メランジュサラダ ③バルフェード・ショコラ	玉ねぎ麴で もっとカンタンに美味しく 〈講師〉麴と暮らしHARU 上級麹士 寺崎 瑛子 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①玉ねぎ麴作り(お持ち帰り) ②麴キマカレー ③麴仕立ての 食べる野菜ドレッシング・サラダ
5/16 (木) 定員10名	5/18 (土) 定員10名	5/21 (火) 定員10名	5/23 (木) 定員10名	5/24 (金) 定員10名
家族で囲む中華料理 〈講師〉林さん亭 林 正二郎 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①牛肉甘味噌炒め ②エビの大葉サラダ ③干豆腐の中華サラダ	お祝いケーキ！ドールケーキ 〈講師〉明空工房 園田 明空 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①ドールケーキ (1ホールお持ち帰り)	季節の野菜たっぷりの 豆腐ランチ 〈講師〉とうまマイスター 戸山 千春 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①キャベツチンナブル②アスパラの白和え ③大豆のひじきの旨煮④炊き込みごはん ⑤簡単おからココロケーキ ⑥季節の味噌汁	身体を整えるスパイス 〈講師〉宴場FLAVOR スパイス監修役 末崎 真利恵 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①スパイスから作る野菜たっぷりグリーンカレー ②季節野菜でアチャール2種 ③季節のフルーツで作る前菜(いちご桃) ④本格豆乳チャイ	至福のスイーツ&フルーツ 〈講師〉松延 俊昭 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①マリブレスト(シュウクリーム) ②パッションフルーツの飾り切り
5/25 (土) 定員10名	5/27 (月) 定員10名	5/28 (火) 定員10名	5/30 (木) 定員10名	6/3 (月) 定員10名
ご飯がすすむ!! 韓国のおかずメニュー 〈講師〉韓国家庭料理 無窮花 ペク・ヨンメ 〈時間〉10:30~13:30 〈受講料〉2,500円 ①オジシオ ボックン(イカの辛辛炒め) ②韓国おでんピリ辛炒め(韓国のおかず) ③韓国ナムル	ロールケーキ&焼き菓子 〈講師〉お菓子の家クルルド・銀月 松崎 優美 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉3,000円 ①抹茶の純生ロールケーキ (1本お持ち帰り) ②フロランタン (焼菓子お持ち帰り)	新緑を味わう料理 〈講師〉鉄板バルサクマル 古賀 将平 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①旬野菜のグリーンサラダ ②チキンステーキ〜春菊のソース ③ジュネベースパスタ ④抹茶のチーズケーキ	新鮮な生姜を使って ジンジャーチキンカレーランチ 〈講師〉kotokoto kitchen 米澤 佳江 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①ジンジャーチキンカレー②スパイスエッグ ③生姜入りリムラム風サラダ ④牛乳と生姜のデザート ⑤りんごと生姜の春巻き ⑥クラフトジンジャーコーラ	動物性食品を使わない ヴィーガン料理 〈講師〉マフィアキッチン創作フレンチ 古賀 将平 HAZE 平田 豊 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①高野豆腐のミラノ風カツ マスタードソース ②グリーンピースとジャガイモのポタージュ ③グリーンサラダ ニンジンドレッシング
6/4 (火) 定員10名	6/13 (木) 定員10名	6/15 (土) 定員10名	6/17 (月) 定員10名	6/20 (木) 定員10名
地元のみそ屋さんが教える！ みそ作り 〈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 ①みそ(2キロお持ち帰り)	初夏の中華料理 〈講師〉林さん亭 林 正二郎 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①イカと小梅のサッパリ炒め ②肉団子の旨煮 ③山椒風味の冷やしラーメン	フルーツテリーヌ 〈講師〉明空工房 園田 明空 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①フルーツテリーヌ (1ホールお持ち帰り) ※フルーツ、飾りが異なる場合があります。	名店の大将が教える！ 手打ちうどん作り 〈講師〉たけ屋うどん 加藤 正明 〈時間〉14:00~16:30 〈受講料〉1,500円 ①肉うどん (うどんのお持ち帰り有り)	豆腐で長崎中華街ランチ 〈講師〉とうまマイスター 戸山 千春 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①ちゃんぽん麴で野菜たっぷりの豆乳坦々麺 ②豆腐入りカリッふわハンバーグ ③肉巻き豆腐で角煮まん ④豆腐白玉でごま団子 ⑤豆乳でマールカオ
6/21 (金) 定員10名	6/22 (土) 定員10名	6/25 (火) 定員10名	6/27 (木) 定員10名	6/28 (金) 定員10名
乙女の洋風ランチ 〈講師〉松延 俊昭 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①鶏のフリカッセ ②ターメリックライス ③人参パヴェ ④チェリズジュビレ	本格食材を使った 参鶏湯(サムゲタン)ランチ 〈講師〉韓国家庭料理 無窮花 ペク・ヨンメ 〈時間〉10:30~13:30 〈受講料〉2,500円 ①参鶏湯(サムゲタン) ②韓国サラダ ③韓国漬物(チャンアチ)	肉・肉・肉料理 〈講師〉鉄板バルサクマル 古賀 将平 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①鶏むね肉のトンナート風 ②豚バラ肉のトマト煮込み ③牛肉を使ったステーキ	簡単腸活！味噌玉作り 〈講師〉麴と暮らしHARU 上級麹士 寺崎 瑛子 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①麹と発酵のプチ講座 ②味噌玉作り ③味噌玉、生甘酒、おにぎり、 麹漬物のご試食	フルーツタルトフリュイ 〈講師〉お菓子の家クルルド・銀月 松崎 優美 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉3,000円 ①タルトフリュイ (1ホールお持ち帰り)

【新型コロナウイルスへの対策について】 当社ショールームでは、スタッフの体調管理の徹底およびマスク着用、ショールーム内の常時換気、設備消毒等の感染症対策を講じております。感染状況により、講座の中止や受講人数の調整等の対応をさせていただきますことがございます。何卒ご了承くださいませようお願い申し上げます。

◇お客さまへのお願いです◇ ・ご来館の際は、不織布のマスクを着用、アルコール消毒、入館時の検温にご協力をお願い致します。・発熱や風邪症状など、体調にご不安のある方はご来館をお控えいただきますようお願い申し上げます。

画像・イラストはイメージです。

おまかせ簡単料理①

**5/9
(木)**
定員8名

●時 間/10:00~13:00
●受講料/2,000円
●講 師/リンナイ 豊原 史子



【スピード中華メニュー】

- ①エビチリ ②ノンフライ油淋鶏
③豆苗のジンジャー炒め
④炊き込みチャーハン
⑤トウファ(豆乳を使った台湾スイーツ)

お魚の洋風フルコース①

**4/2
(火)**
定員10名

●時 間/10:00~13:00
●受講料/3,000円
●講 師/鉄板バルサクマル 古賀 将平



【新鮮な海老を使ったフルコース】

- ①サラダ②カルパッチョ③アヒージョ
④フライ⑤パスタ⑥デザート
※各料理にエビを使用した構成で考えております。

更年期の薬膳料理【定例コース】全3回

毎月第2土曜日

●時 間/10:00~13:00 ●受講料/9,000円(全3回) ●定 員/10名
●講 師/国際中医師・中医薬膳師 横尾 佳那珠

4/13(土)



①ほてり・のぼせ・頭痛 編

- ①あさりのスープパスタ
②セロリとクリームチーズのディップ
〜バケット添え〜
③豚ロース肉のトマト煮
④白キクラゲとオレンジのデザート

5/11(土)



②下痢・胃痛 編

- ①蓮の実と長芋のお粥
②キャベツと大根のスープ
③鶏肉の大葉梅肉塩焼き
④にんじんとかぼちゃのパウンドケーキ

6/8(土)



③むくみ・だるさ 編

- ①黒豆とクコの実のごはん
②白身魚のとうもろこしあんかけ
③ひじきととろろのサラダ
④牛肉とアスパラの炒め物

最新ビルトインコンロ体験講座

●時間/10:30~12:00 ●講師/当社スタッフ ●受講料/各1,000円 ※受講は1回限りです

**4/25
(木)**
定員3名



グリルで作る！ パエリアランチ

- ①パエリア ②チーズオムレツ ③スープ

**5/31
(金)**
定員3名



グリルで作る！ パエリアランチ

- ①パエリア ②チーズオムレツ ③スープ

**6/24
(月)**
定員3名



グリルで作る！ パエリアランチ

- ①パエリア ②チーズオムレツ ③スープ

料理教室の応募について

- 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。
0942-36-2607へお電話ください。
- 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。
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。
- 当選後のキャンセルはキャンセル料が発生しますのでご注意ください。
料理教室ではエプロン、ハンドタオル、筆記用具をご持参ください。

暮らしのあれ!これ!
ショールーム

〒830-0003 久留米市東櫛原町1089

営業時間 10:00~17:35

休館日 水曜日

http://kurumegas.co.jp

久留米ガス

TEL.0942-36-2607

