

Let's
cooking!

1日限りの料理講座

複数受講は可能です

10/13から(毎月第2火)

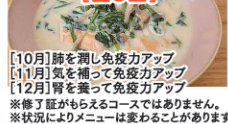
パン定例[全6回] 捏ねない&捏ねるパン



※修了証がもら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(6回分) ■定員/10名

10/27から(毎月第4火)

薬膳料理[定例コース] [全3回]



[10月]肺を潤し免疫力アップ
[11月]胃を温めて免疫力アップ
[12月]腎を養って免疫力アップ
※状況によりメニューは変更することがあります
■講師/国東中医師・中薬師 横尾 佳那珠
■時間/10:00~13:00
■受講料/9,000(3回分) ■定員/10名

10/2(金)

新生姜のフルコース料理



①タイ風新生姜たっぷりカレー
②新生姜の甘酢漬
③カラダ(甘酢漬活用)
④新生姜のシシトウユール
⑤新生姜とバナナのジャム(ヨーグルトに添えて)
■講師/kotokoto kitchen 米澤 佳江
■時間/10:00~13:00
■受講料/3,000円 ■定員/10名

10/7(水)

豪華!海鮮たっぷり韓国料理



①蟹とアワビのソテー
②海鮮チヂミ ③イカキムチ
④イカキムチと漬けマゴロの韓国風どら餅
■講師/福岡中央市場 城下 大和/美沙
■時間/10:00~13:00
■受講料/3,500円 ■定員/10名

10/21(水)

季節のケーキ



①ハロウィンケーキ
(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

11/5(木)

ほっこり秋ごはん&グリル料理



①大根と鶏肉の炊込みご飯
②さつまいも&ベーコンのグリル焼き
③チキンのスパイスチーズ焼き
④トマト煮込みスープ
⑤チョコバナナカップケーキ
■講師/株式会社パロマ 松田 美雪
■時間/10:00~13:00
■受講料/3,000円 ■定員/10名

11/17(火)

クリスマスに向けたイタリアン



①天使の海老ときのこの香草バター焼き
②旬の鮮魚のポアレ 蒸のソース添え
③ティラミス クリスマス仕立て
■講師/Jタリナーノッカ 山浦 博文
■時間/10:00~13:00
■受講料/3,000円 ■定員/10名

11/27(金)

地元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

12/2(水)

海老の点心料理



①海老蒸し餃子 ②海老シュウマイ
③海老ハシ
■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

12/14(月)

年越しそば作り



①肉そば(お持ち帰りあり)
■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

12/17(木)

クリスマスに向けたリースパン



①雪の結晶パン②リースパン
■講師/青木 幸子/秋山 綾子
■時間/10:00~13:00
■受講料/3,000円 ■定員/10名

12/24(木)

ヘルシー豪華おせち



①鶏と油揚げの八宝菜〜しんじょうステーキ〜
②地元の野菜と鶏肉の和風炒め
③鶏と蓮根の揚げ焼き
④高野豆腐と野菜の煮物
⑤サーモンとクリームチーズの和風白和え
⑥茹でタコと湯葉のカルパッチョ
■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

※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「お味噌or自社製品」を使ったレシピ



簡単極旨えび天丼

材料(1人分)

麵つゆ
(ストレートタイプ) 100~150cc
卵 1個
極旨えび天 1枚

今回使用した商品

サクサク極旨えび天

極旨えび天では、オニオンパウダーを贅沢に衣に練り込み衣の味を引き立てております。この商品がより「サクサク」とした食感が優れているものとして、今回サクラみそ食品「サクサク」認定証の表示を行っています。



作り方

- ①麵つゆを、フライパンや親子鍋に入れ沸騰させる。
- ②鍋に極旨えび天を入れ、お好みの硬さになるまで煮る。
- ③鍋に2/3量の溶き卵を流し入れ、中火で煮る。
- ④少し固まって来たら、残りの溶き卵を入れ、10秒ほどしたら火からおろす。
- ⑤器にご飯を入れ、④をのせたら完成。



簡単サクサクごぼう天サラダ

材料(1人分)

お好みのレタスなどの野菜 適量
うどん屋さんのごぼう天 1袋
★ドレッシング...1:1の割合で麵つゆとマヨネーズを混ぜ合わせ、胡麻油を少々加える



今回使用した商品

うどん屋さんのごぼう天

うどん屋さんのごぼう天は、良質な油でカラッと揚げた大きな天ぷらです。サクサクとした食感を楽しむのもよし。おつゆを吸わせてしんなり優しい歯ごたえを楽しむのもよし。いろんな食べ方で楽しんでいただけます。

作り方

- ①お好みの野菜をお皿に盛る。
- ②サクサクごぼう天を食べやすいサイズに砕いて、野菜の上に乗せる。
- ③上記★のドレッシングをかけて出来上がり。

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

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)

緒方 健一さん



久留米の美味しいグルメをご紹介します



italiano h angolo della strada(イタリアーノ アッカ<アングロ デッラ ストラダ>)「街角にたたずむイタリア料理 アッカ」という意味を持つ店名です。「h(アッカ)」は、欧米の方にとって発音が難しい文字のひとつ。

日本人が「R」の発音に苦労するのと同じように、言葉の中では読めないことでもあります。それでも大切な存在——。当店その「h」のように、食卓を陰で支える存在でありたいと願っています。「RESTAURANT」の語源は「元気になる」という意味。その想いを大切に、一皿一皿に心を込めて、皆さまをお迎えいたします。

italiano h(イタリアーノ アッカ) TEL 0942-65-4496

住所/福岡県久留米市日吉町20-8

営業時間/ランチ11:45~15:00(OS14:00)

ディナー 18:00~22:00 店休日/火曜日(臨時店休有)

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

<https://www.kurumegas.co.jp>

久留米ガス



TEL.0942-36-2607



会社情報



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。

