



クッキングスタジオ

おへそ スケジュール

2014

2014
October
10

鳥取ガスグループ専属講師 / 竹中真理子
管理栄養士/ジュニア野菜ソムリエ
テーブルコーディネーター
エコクッキングナビゲーター



お子さまの台所デビュー応援します!!

対象: 5才~3年生

キッズクッキングクラブ はじめの一步



元気いっぱい、よーいドン!

- ・秋鮭のそぼろドン
- ・さつまいもとベーコンのみそ汁

10/4 (土) 10:00~13:00
700円

今回は子ども達だけで料理します。

※託児あり: 有料(1人につき500円)
必ず事前にお申し込み下さい。

お申込み〆切日 9/24 (水)

※アレルギー等の確認の為、お子さまの保護者ご自身でお申し込み下さい。

脱・マンネリレシピ宣言!!

とっておきレッスン



秋の味覚御膳

- ・鶏つくねのいが揚げ
- ・若布入り玉子豆腐椀
- ・秋野菜の白和え
- ・吹き寄せご飯

対象 食べること好き! 作ること好き! な方

10/8 (木)・9 (木)・10 (金)
10:30~13:30
1,300円

講師 / 竹中真理子 お申込み〆切日 9/29 (月)

「毎日のおかず」から「おもてなし料理」まで、いつもの食卓のヒントに。マンネリメニューから抜け出したい方にオススメです。

ニコニコ・ガールズキッチン!!

nico Girls Kitchen!



彼と食べたい秋レシピ

- ・パスタボロネーゼ
- ・温野菜サラダディップ添え
- ・キャロットゼリー

対象 20代~30代のお料理はじめてさん

10/25 (土)・26 (日)
10:30~13:30
1,800円

講師 / 前田 優花 お申込み〆切日 10/15 (水)

「大切な人にとってあげたい!」と思う、あなたのために。2人ペアのレッススタイルなので、しっかり身につきます。(お一人でのご参加も大歓迎です。)

お待ちしております! とっておきレッスンが土曜日に登場!!

とっておきサタデー

秋の味覚御膳

- ・鶏つくねのいが揚げ
- ・若布入り玉子豆腐椀
- ・秋野菜の白和え
- ・吹き寄せご飯

10/11 (土)
10:30~13:30
1,300円

講師 / 竹中真理子
お申込み〆切日 9/29 (月)

平日お仕事の方、土曜日ならお子さまをご主人に預けられる方、などなど...、お待ちしております。

一人(ひとり)でー(いち)から作るパン教室。略して「ひといちパンクラブ」。

ひといちパンクラブ



きのこのカマンベール・ピザ

きのこをたっぷりのせたピザです。カマンベールチーズの風味がぐせになりますよ!

対象 パン作りに興味のある方

10/13 (月・祝)・14 (火)・15 (水)
10:00~12:30
2,000円

講師 / 前田 優花 お申込み〆切日 10/3 (金)

お一人で「計量」から「焼き上げ」まで、仕上げていただく、手ごねスタイルのレッスンです。初心者でも安心!!



Yes!

とっておき グループレッスン

サークル、企業、クラブなど、気の合う仲間同士で楽しくお料理しませんか?

- 日程は、ご相談下さい。
- 1,300円
- 最小開催人数10名

メニューはとっておきレッスンのメニューとなります

今、私たちにできること エコ・クッキング

難しいと思われがちな環境問題を、身近な「食」を通してワイワイ楽しく学びませんか?

※大人向け・子ども向けのコースがあります。
※10名様からお申し込みください。

メニューは季節により変わります

「エコ・クッキング」は、東京ガス株式会社の登録商標です。

お気軽にお問い合わせください (^o^)/



お問合せお申込みは、店頭またはお電話で。HPからも受付できます。
open 9:30~17:30

鳥取市片原5丁目503
0857-30-2020

http://www.salute-withgas.jp/

- ・各料理教室は予告なく変更になる場合があります。
- ・ご応募多数の場合、抽選後後日当選者のみおハガキを郵送します。
- ・定員に空きがある場合は、〆切り日以降でもお受けしますので、気軽にお問合せください。
- ・お申し込みは、1組3名様までとさせていただきます。
- ・ホームページからお申込みできます。(キッズクッキングクラブは除く)
- ・前日の正午以降のキャンセルにはキャンセル料が発生します。