



クッキングスタジオ

おへそ スケジュール

2015

2015
April
4

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年生の親子

キッズクッキングクラブ はじめの一步



お申込み〆切日 4/2 (木)

※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。

親子で作る とびっきりハンバーガー

- ・チーズバーガー
- ・野菜スープ

4/11 (土) 10:00~13:00

親子ペアで1,500円

※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。

脱・マンネリレシピ宣言!!

とっておきレッスン



春! 野菜でカラダの中からパワーチャージ

- ・春野菜のおかずマフィン
- ・豚バラとゴロゴロ野菜のトマト煮
- ・新たまごワカメのしゃきしゃきサラダ
- ・かんたん苺パフェ

対象 食べることに好き! 作ることに好き! な方

4/15 (水)・23 (木)・24 (金)

10:30~13:30

1,500円

講師 / 竹中真理子

お申込み〆切日 4/5 (日)

「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。

一人 (ひとり) で一 (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



春ごぼうとアンチョビの もちもちパン

鳥取産の米粉をブレンドしたもちもち食感の惣菜パン。ごぼうの歯ごたえがたまりません。

対象 パン作りに興味のある方

4/28 (火)・29 (水・祝)

10:00~12:30

2,000円

講師 / 前田 優花

お申込み〆切日 4/18 (土)

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!!

竹中真理子の クッキングトークショー

スマートコンロで作るかんたんで豪華で美味しいレシピをご紹介します。楽しいトークがスパイスです。

~同時調理で デリシャス春中華~

- ・裏わざチャーハン
- ・絶品! えびマヨなど

4/19 (日)
11:00~

予約受付開始: 3月31日 (火)

無料

ご予約の方優先でお見聞ができます。
※数に限りがございます。



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

春! 野菜でカラダの中からパワーチャージ

- ・春野菜のおかずマフィン
- ・豚バラとゴロゴロ野菜のトマト煮
- ・新たまごワカメのしゃきしゃきサラダ
- ・かんたん苺パフェ

4/25 (土)

10:30~13:30

1,500円

講師 / 竹中真理子

お申込み〆切日 4/15 (水)

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。



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。
- 1,500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おおハガキを郵送します。
- ・定員に空きがある場合は、〆切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。