



クッキングスタジオ

おへそ スケジュール

2015

2015
March

3

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 はじめの一歩



春よ来い来い、春よ来い

- ・手まりすし
- ・菜の花のごまあえ
- ・とうふのおすまし

3/7 (土) 10:00~13:00
700円

今回は子どもたちだけで料理します。

※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。

お申込み締切日 **2/27 (金)**

※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



おうちで定番! 中華レシピ

- ・花巻 (中華風蒸しパン)
- ・チャーシュー
- ・宮保鶏丁 (鶏肉とナッツの炒め物)
- ・黒ごま汁粉

対象 食べることに好き! 作ることに好き! な方

3/11 (水)・12 (木)・13 (金)
10:30~13:30
1,300円

講師 / 竹中真理子

お申込み締切日 **3/1 (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。

ニコニコ・ガールズキッチン!!

ニコ Girls Kitchen!



女子力満開 春ちらら

- ・華やかケーキすし
- ・あさりの潮汁
- ・桜あんみつ

対象 20代~30代のお料理はじめてさん

3/21 (土)・22 (日)
10:30~13:30
1,800円

講師 / 前田 優花 お申込み締切日 **3/11 (水)**

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

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



よもぎ平焼きあんパン

一先お先に、お口の中で
春の香りが広がります。

対象 パン作りに興味のある方

3/29 (日)・30 (月)
10:00~12:30
2,000円

講師 / 前田 優花 お申込み締切日 **3/19 (木)**

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!!

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

おうちで定番! 中華レシピ

- ・花巻 (中華風蒸しパン)
- ・チャーシュー
- ・宮保鶏丁 (鶏肉とナッツの炒め物)
- ・黒ごま汁粉

3/14 (土)
10:30~13:30
1,300円

講師 / 竹中真理子

お申込み締切日 **3/4 (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。
- 1,300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(〇〇)/



お問合せお申込みは、店頭またはお電話でのHPからも受付中です。
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、抽選し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、締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し込みできます。(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。