

今月の料理教室情報

01 | ー(ひといち)パン



ウイナーボート

①7月12日(水) ②13日(木)
③15日(土) ④19日(水)
10:00~13:00

大人も子どもも大好きなウイナーパン。焼きたては最高です!朝食にもおやつにもぴったりです。

[講師] 石田優花
[参加費] 3,500円
[定員] 4名 [対象] 15歳以上
[申込み締切日] ①②7月6日(木)
③④7月11日(火)
[申込み開始日] 6月20日(火)

02 | ー(ひといち)パンキッズ



星型☆ピザ

7月16日(日) 10:00~13:00

発酵1回で出来る簡単ピザです。ミミの部分可愛く星型に成形して作ります。

[講師] 石田優花
[参加費] 3,500円
[定員] 4名(親子参加可)
[対象] 5歳~小学生
[申込み締切日] 7月11日(火)
[申込み開始日] 6月20日(火)

03 | タッチアンドトライ



サバ缶と夏野菜の トマト煮込み

とうもろこしごはん

7月6日(木) 7日(金) 8日(土)
11:00~13:00

グリルでサバ缶を使った煮込み料理を作ります。最新コンロの機能を知り、簡単・時短料理を楽しく作りましょう。

[参加費] 500円
[定員] 4名
[対象] 一般
[申込み締切日] 7月4日(火)

●お申込みは先着順です●各教室は予告なく変更になる場合があります
●ホームページからもお申込みできます

3名以上でお申込みの場合はグループレッスンを受付けます。ご相談ください。



タコとトマトの炊き込みご飯

今月のレシピ【料理:よしみ】

材料

米...2カップ
タコ...150g
ミニトマト...10個程度
醤油...大さじ1
みりん...大さじ1
だし汁...適量
(醤油とみりんを加えて
2カップになるように)
塩...小さじ1/2

三つ葉

かぼすなどの柑橘類

作り方

- 1 米は洗ってザルにあげる
- 2 タコは食べやすい大きさに切る。トマトは半分
に切る。
- 3 グリル専用容器に米を入れ、その上にタコと
トマトを並べる。
- 4 醤油、みりん、だし汁を加えカップ2杯分になる
ようにして、塩を加え混ぜ合わせる。
- 5 グリル専用容器の淵からそっと4を注ぎ入れる。
- 6 オートメニューの炊き込みごはんモードで炊く。
- 7 出来上がったら全体を混ぜ、お好みで三つ葉や
かぼすと一緒にいただく。
※グリルを使用しない場合は、コンロの炊飯機能で
も炊けます。

enetopia plaza

[営業時間] 9:00~17:00(休館日:日、月曜・GW・盆・年末年始) 鳥取県鳥取市片原5丁目503 ☎0570-04-8833 www.salute-withgas.jp