

01 | Hana sweets

米粉のアーモンドフロランタン

11月30日(木) 10:00~13:00

クッキー生地を重ねたキャラメルアーモンドが香ばしい♪米粉で作るのでグルテンフリーです。



[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] 11月23日(木)
[申込み開始日] 11月1日(水)

02 | タッチアンドトライ

グリルでパエリア

かぼちゃのポタージュ

11月8日(水)10日(金)11日(土) 11:00~13:00

グリルで炒めずにパエリアを作ります。材料さえ入れてしまえば楽にお料理が完成!



[参加費] 500円
[定員] 4名
[対象] 一般
[申込み締切日] 11月4日(土)

03 | ー(ひといち)パン

りんごパン (個人)

①11月24日(金)②25日(土)③28日(火)
④29日(水) 10:00~13:00



手作りりんごのコンポートとチーズクリームをたっぷり入れて、見た目も可愛く作ります。

[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] ①②11月18日(土)
③④22日(水)
[申込み開始日] 11月1日(水)

04 | ー(ひといち)パン 親子

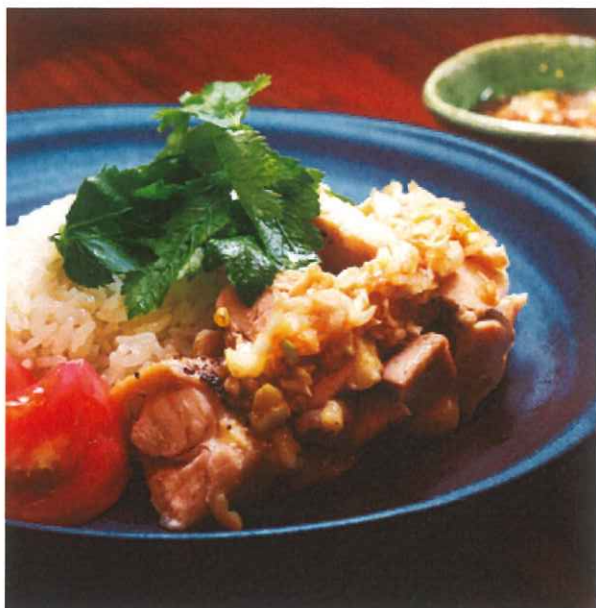
りんごパン (親子)

11月23日(木) 10:00~13:00

[講師] 石田優花
[参加費] 3,500円
[定員] 4組
[対象] 5歳~小学生の親子
[申込み締切日] 11月17日(金)
[申込み開始日] 11月1日(水)

●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
●ホームページからお申込みできます

3名以上でお申込みの場合はグルーブレッションを受付けます。ご相談ください。



カオマンガイ

今月のレシピ
〔料理〕石田優花

材料(2人分)
鶏もも肉...1枚
塩こしょう...少々
お米...1合
水(炊飯用)...180CC
お酒...大さじ1
鶏ガラスープの素...小さじ2
にんにく(チューブ)...小さじ1
塩...ひとつまみ
白ネギ(青い部分)

【タレ】
白ネギ(白い部分)...1本分
ポン酢...大さじ2
ごま油...大さじ1
砂糖...小さじ1
にんにく(チューブ)...小さじ1/2
生姜(チューブ)...小さじ1/2
ナンプラー...小さじ1/2

きゅうり
トマト
パクチー...適量

つくり方

- 1 鶏肉は皮目にフォークで穴を開け、塩こしょうしておく。
- 2 フライパンを火にかけてごま油をひき、鶏もも肉を皮目を下にして入れ、両面こんがり焼く。(表面だけで中は生で大丈夫)
- 3 炊飯鍋にお米、水(炊飯用)、調味料、2の鶏肉、白ネギの青い部分を入れて、コンロのごはんモードで炊飯する。
- 4 タレを作る。
みじん切りした白ネギ、ポン酢、ごま油、砂糖、にんにく、しょうが、ナンプラーを混ぜ合わせる。
- 5 お皿に盛り付ける。

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

Connect with us /

Instagram

@enetopiaplaza_torigas

