

## 01 | Sweet Lily



### バレンタインクッキー

2月10日(土)  
10:00~13:00

基本技法を使って、シンプルだけど可愛いクッキーを作ります。

[講師] JSAアイシングクッキー認定講師 原田操  
[参加費] 3,200円(兄弟で参加の場合、2人目2,200円)  
[定員] 4組  
[対象] 年中~小学生の親子  
[申込み締切日] 2月3日(土)  
[申込み開始日] 1月16日(火)

## 02 | 味噌作り教室

### 手作り味噌を仕込む会

2月22日(木) 10:00~13:00

いつかはチャレンジしてみたい味噌作り。この機会にみんなでワイワイ作りませんか? 材料・道具は揃えてあるので初めてでもOK。



[講師] 石田優花  
[参加費] 3,200円  
[定員] 4名  
[対象] 一般  
[申込み締切日] 2月15日(木)

## 03 | ー(ひといち)パン

### チョコレートバブカ

①2月23日(金) ②28日(水) ③29日(木)  
10:00~13:00

生地の中にチョコレートクリームが巻き込まれたチョコ好きにはたまらない濃厚な味わいのパンです。



[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]  
①2月17日(土) ②③22日(木)  
[申込み開始日] 2月1日(木)

## 04 | タッチアンドトライ

### グリルでミートドリア

カラフル野菜のチョップドサラダ

2月3日(土) 7日(水) 8日(木) 11:00~13:00

グリル専用容器を使いご飯を炊き、その容器のまま簡単にできるミートドリアを作ります。



[参加費] 500円  
[定員] 4名  
[対象] 一般  
[申込み締切日] 2月1日(木)

●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プレッスンを受付けます。ご相談ください。

## 白ネギとエリンギのチーズ焼き

今月のレシピ【料理:まえたよしえ】



材料  
白ネギ...2~3本(250g)  
鶏胸ひき肉...200g  
エリンギ...80g  
パプリカ...1/2個  
ニンニク...1片  
パセリ...適量  
ケチャップ...大さじ4  
中濃ソース...大さじ2  
[A] 醤油麹...大さじ1(醤油大さじ1)  
砂糖...大さじ1  
塩胡椒...適量  
とろけるチーズ...適量

### 作り方

- \*オーブンを200度で予熱しておく
- 1 白ネギ、ニンニク、パプリカをみじん切り、エリンギを薄くスライスする。
  - 2 フライパンに油をひき、エリンギを両面軽くソテーし取り出しておく。
  - 3 2のフライパンに油、ニンニクを加え香りが立ってきたら鶏胸ひき肉を炒める。火が通ったら、白ネギと塩ひとつまみを加え、しっかりと炒める。
  - 4 白ネギに火が通ったら、パプリカを加えさらに炒め、[A]で味を整える。
  - 5 耐熱容器に、平らになるように4を入れ、その上にソテーしたエリンギをのせる。2or3層になるように順にのせていく。
  - 6 5の上にチーズをのせ、予熱したガスオーブンで8分焼き上げる。
  - 7 仕上げにパセリを散らし完成。

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

