

久留米ガス ショールームで♪ Enjoy料理教室

1日料理教室

7/1 (月) 定員10名 動物性食品を使わない ヴィーガン料理 〈講師〉マクロビオティック創作フレンチ 古民家レストランHAZE 平田 優 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①桃と野菜のマリネ ②キヌアと野菜のスープ ③冷製のトマトパスタ	7/2 (火) 定員10名 休日の贅沢ランチ 〈講師〉鉄板バルサクマル 古賀 将平 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①ローストビーフ丼 ②スープ ③サラダ ④フレンチトースト	7/5 (金) 定員10名 半熟スフレチーズ&マカロン 〈講師〉お菓子の家クルール・ド・銀月 松崎 優美 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①半熟スフレチーズ ②マカロン	7/11 (木) 定員10名 夏に食べたい洋風料理 〈講師〉松延 俊昭 松崎 優美 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①ガスパチャ ②ポークフィレ肉のソテー (マスタードソース) ③ピーチメルバ	7/18 (木) 定員10名 夏のスタミナ中華① 〈講師〉林さん亭 林 正二郎 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①キクラゲ入り豚玉子炒め ②魚のスパイシー煮込み ③牛レバーの四川炒め
7/22 (月) 定員10名 お菓子だらけのケーキ 〈講師〉明空工房 園田 明空 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①お菓子だらけのケーキ (1ホールお持ち帰り)	7/26 (金) 定員10名 夏に向けてヘルシーごはん 〈講師〉とうふマイスター 戸山 千春 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①ヘルシー野菜豆腐しゅうまい ②発芽玄米入りの鯖ごはん ③生薬たっぷり! ④キノコと豆腐のとろ〜和風スープ ⑤わかめとしらすの湯葉和え ⑥きなこと黒ゴマのザクザク米粉クッキー	7/29 (月) 定員10名 地元のみそ屋さんが教える! みそ作り 〈講師〉サクラみそ食品(株) 緒方 健一 〈時間〉14:00~15:00 〈受講料〉1,500円 ①みそ(2キロお持ち帰り)	8/2 (金) 定員10名 ひんやり! 夏の洋風料理 〈講師〉松延 俊昭 松崎 優美 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①夏の冷製スープ ②鮎のムース詰めナンチュワソース ③サラダニソワーズ	8/8 (木) 定員10名 夏のスタミナ中華② 〈講師〉林さん亭 林 正二郎 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①牛肉の山椒煎り ②ニガウリの甘酢漬 ③トマト冷麺
8/20 (火) 定員10名 夏にさっぱり豆腐ランチ 〈講師〉とうふマイスター 戸山 千春 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①豆腐のマヨぼんステーキ〜 夏野菜添え〜 ②枝豆とうもろこしの炊き込みごはん ③きゅうりとトマトの梅こんぶ和え ④冬瓜と鶏の豆腐スープ ⑤豆乳葛餅	8/22 (木) 定員10名 胃腸の疲れを回復する 薬膳料理 〈講師〉国際中医師・中医薬膳師 横尾 佳那珠 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①中華粥 ②ミックスビーンズのスープ ③かぼちゃの中華風そぼろあん ④サンザン茶	8/23 (金) 定員10名 スパイス教室! 2種あいがけカレーにチャレンジ! 〈講師〉宴場FLAVOR スパイス監修役 末崎 真利恵 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①野菜たっぷり!身体が整うグリーンカレー ②夏野菜のキーマカレー ③アチャール3種 ④自家製ジンジャーシロップ	8/26 (月) 定員10名 腸活簡単! 味噌玉作り 〈講師〉麹と暮らし HARU 上級麹士 寺崎 瑛子 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①麹と発酵のプチ講座 ②味噌玉の作り方 ③味噌玉、生甘酒、おにぎり、 麹漬物のご試食	8/27 (火) 定員10名 夏に楽しむ冷製メニュー 〈講師〉鉄板バルサクマル 古賀 将平 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①季節野菜のテリーヌ ②鴨肉のロースト ③焼きとうもろこしとソーセージの 冷製クリームパスタ ④ピニャコラーダのグラニータ
8/29 (木) 定員10名 シャインマスカットのタルト 〈講師〉明空工房 園田 明空 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①シャインマスカットのタルト (1ホールお持ち帰り)	9/2 (月) 定員10名 動物性食品を使わない ヴィーガン料理 〈講師〉マクロビオティック創作フレンチ 古民家レストランHAZE 平田 優 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①ジャガイモのドフィノア ②オニオンスープ ③豆腐のポビエト	9/5 (木) 定員10名 残暑を乗り切る中華 〈講師〉林さん亭 林 正二郎 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①彩り野菜の辛味和え ②ザーサイと豚肉の炒め ③茄子のピリ辛肉味噌煮	9/6 (金) 定員10名 地元のみそ屋さんが教える! みそ作り 〈講師〉サクラみそ食品(株) 緒方 健一 〈時間〉14:00~15:00 〈受講料〉1,500円 ①みそ(2キロお持ち帰り)	9/9 (月) 定員10名 テーブルが華やか洋風料理 〈講師〉松延 俊昭 松崎 優美 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①ホタテのバイ包み焼 ②ガバオライス ③フルーツマトのサラダ
9/12 (木) 定員10名 新生姜で 「さ・し・ず・せ・そ」漬け 〈講師〉kotokoto kitchen 米澤 佳江 〈時間〉10:00~13:00 (受講料)2,500円 ①新生姜の砂糖漬け ②新生姜の塩麹漬け ③新生姜の酢漬け ④新生姜の醤油漬け ⑤新生姜の味噌漬け ⑥炊き立て新米ご飯 ⑦新生姜の鶏団子スープ	9/13 (金) 定員10名 和栗モンブランケーキ 〈講師〉お菓子の家クルール・ド・銀月 松崎 優美 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉3,000円 ①和栗モンブラン (1ホール持ち帰り)	9/17 (火) 定員10名 チーズを使った料理 〈講師〉鉄板バルサクマル 古賀 将平 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①リコッタチーズと季節フルーツの オープンサンド ②チキンのトマトチーズ焼き ③カチョエベ(チーズと胡椒のパスタ)	9/19 (木) 定員10名 ドーナツ祭り!! 〈講師〉とうふマイスター 戸山 千春 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①豆腐ドーナツ ②おからのサターアンダギー ③玄米粉入りの豆乳焼きドーナツ ※試食分の他にお持ち帰り分も 作ります④サラダ、スープ	9/26 (木) 定員10名 体力upの薬膳料理 〈講師〉国際中医師・中医薬膳師 横尾 佳那珠 〈時間〉10:00~13:00 〈受講料〉2,500円 ①なつめと長芋の炊き込みご飯 ②卵と海老のアボカドサラダ ③きのこのスープ ④豚肉のブルーネ煮込み

【感染症対策について】 当社ショールームでは、スタッフの体調管理の徹底およびマスク着用、ショールーム内の常時換気、設備消毒等の感染症対策を講じております。感染状況により、講座の中止や受講人数の調整等の対応をさせていただくことがあります。何卒ご了承くださいませようお願い申し上げます。 ◇お客さまへのお願いです◇ご来館の際は、不織布のマスクご着用、アルコール消毒、入館時の検温にご協力をお願い致します。発熱や風邪症状など、体調にご不安のある方はご来館をお控えいただきますようお願い申し上げます。

画像・イラストはイメージです。

おもてなしメニューで食卓を盛り上げよう!

当日の朝仕入れた新鮮な海産物を使った 創作全6品コース

7/19 (金)
定員10名
〈講師〉鉄板バルサクマル 古賀 将平
〈時間〉10:00~13:00
〈受講料〉3,000円

- ①帆立とキウイを使ったマリネ
②岩牡蠣のブルスケッタ
③白身魚のフリット
④マグロのシチリア風ソテー
⑤ズワイガニのトマトクリームパスタ
⑥デザート



イカの捌き方レッスン& 塩麹を使って海鮮洋風ランチ

9/27 (金)
定員10名
〈講師〉福岡中央魚市場 城下 和夫 / 美砂
〈時間〉10:00~13:00
〈受講料〉3,500円

- ①塩麹アクアパッツァ
②塩麹の鮭クリームパスタ
③まぐろとアボカドの
クリームチーズのタルタルカナッペ
④イカと塩麹和え



夏休み突入! 今年の夏休みは子どもと一緒にクッキング!

親子で参加 子供も食べやすい! みんな大好きスパイスカレー

7/25 (木)
定員10組
〈講師〉宴場FLAVOR スパイス監修役
末崎 真利恵
〈時間〉10:00~13:00
〈受講料〉2,500円

- ①スパイスから作る!
身体がよろこぶチキンカレー
②アチャール
③マンゴーラッシー



親子で参加 子供と力を合わせて作る! お魚クッキング

7/30 (火)
定員10組
〈講師〉福岡中央魚市場 城下 和夫 / 城下 美砂
〈時間〉10:00~13:00
〈受講料〉2,500円

- ①パエリア
②カルパッチョ
③塩釜焼き



親子で参加 親子で生地をこねこね! パン作り

8/1 (木)
定員10組
〈講師〉青木 幸子 / 秋山 綾子
〈時間〉10:00~13:00
〈受講料〉2,500円

- ①生地から作る手ごねピザ
②スティックメロンパン



親子で参加 夏の思い出を作ろう! サマーアイシング

8/5 (月)
定員10組
〈講師〉sugar map JSAアイシングクッキー認定講師
石井 晶子
〈時間〉10:00~13:00
〈受講料〉2,500円

- ①サマーアイシングクッキー
(お持ち帰り)



料理教室の応募について

- 講座のお申し込み・お問い合わせはお電話にて受付致します。
0942-36-2607へお電話ください。
- 応募者多数の場合は抽選です。当選の方のみ、当ショールームより連絡致します。
開催日の2週間前が応募締切。当選連絡は開催日の1週間前まで。
- 当選後のキャンセルはキャンセル料が発生しますのでご注意ください。
料理教室ではエプロン、ハンドタオル、筆記用具をご持参ください。

暮らしのあれ!これ!
ショールーム

http://kurumegas.co.jp

久留米ガス
TEL.0942-36-2607

〒830-0003 久留米市東櫛原町1089

休館日 当社の休館日が変わります

4月~6月...水曜日、日曜日、祝日

営業時間

10:00~17:35

