



6月

menu

【料理】



6月「環境月間」 エコ・クッキングでチャイニーズカフェランチ

- 【実食】
- 天津飯
 - 白身魚の梅香味蒸し
 - 蒸し野菜の冷菜
 - アイスクリーム
ジャスミン風味のパイナップルソース添え
- 受講料 : 4,000円 (税込)

お家で楽しむベトナム料理

- 【実食】
- ブンチャー (ベトナム風肉団子入りつけ麺)
 - エビのベトナム揚げ春巻き
 - もちもちココバナナロール

受講料 : 4,000円 (税込)



【料理】



覚えておきたい基本のレシピ サクッとジューシーな2種の唐揚げ編

【実食】

- 唐揚げ2種～塩・甘辛ダレ～
 - 春野菜のピーナッツ和え
 - 出汁から手作り 具沢山味噌汁
- ※実食時に白飯がつきます。

受講料 : 3,800円 (税込)

【料理（男性クラス）】



6月「環境月間」
エコ・クッキングでチャイニーズカフェランチ

【実食】

- 天津飯
- 白身魚の梅香味蒸し
- 蒸し野菜の冷菜
- アイスクリーム
ジャスミン風味のパイナップルソース添え

受講料 : 4,000円 (税込)

覚えておきたい基本のレシピ
豚の生姜焼き編

【実食】

- 豚の生姜焼き
 - ポテトサラダ
 - あさりとおおさの味噌汁
- ※実食時に白飯がつきます。

受講料 : 3,800円 (税込)



【初心者クラス 料理】



覚えておきたい基本のレシピ サクッとジューシーな2種の唐揚げ編

【実食】

- 唐揚げ2種～塩・甘辛ダレ～
 - 春野菜のピーナッツ和え
 - 出汁から手作り 具沢山味噌汁
- ※実食時に白飯がつきます。

受講料 : 4,300円 (税込)

【お菓子】



甘酸っぱさがクセになるトロピカルスイーツ 「パイナップルパイ&ミニパフェ」

- パイナップルパイ
(18cmパイ皿 1台分 持ち帰り)
※市販の冷凍パイシートを使用します。
- トロピカルミニパフェ (実食)

受講料 : 4,500円 (税込)

【コラボ】



スパイスの宴！朝岡スパイスと創る 本格カレーワークショップ

- スパイスチキンカレー
- スパイスライス
- 4種のアチャール
～レンコン・たまご・紫タマネギ・キュウリ～
- アイスチャイ

- 手作り粒マスタード（約100g 瓶に入れて持ち帰り）
- スパイスブレンド体験（スパイスカレー約4人分）

受講料 ： 5,000円（税込）

協賛：朝岡スパイス株式会社

【親子】



梅雨でも楽しくクッキング♪ 「かたつむりカレー&あじさいゼリー」

【実食】

- かたつむりのドライカレー
- キラキラあじさいゼリー

受講料 : 親子2人1組 5,000円 (税込)
※お子さま1人追加の場合、受講料の半額が追加となり、事前のお申込みが必要です

くるくる簡単 ミニチョコクロワッサンを作ろう！

- ミニチョコクロワッサン
(約6×4cm 12個 持ち帰り)
- ひとくちチョコバナナ (実食)

受講料 : 親子2人1組 4,000円 (税込)
※お子さま1人追加の場合、受講料の半額が追加となり、事前のお申込みが必要です





6.7月

menu

【料理】



お家イタリアンで夏を楽しもう！

【実食】

- スモークサーモンの冷たいフェデリーニ
- 夏野菜のミートグラタン
- オレンジジェラート

受講料 : 4,000円 (税込)

台湾屋台グルメ & 定番土産にチャレンジ！

【実食】

- 麺線 (台湾とろみ麺)
- 大鶏排 (台湾唐揚げ)
- 芒果牛軋糖 (マンゴーヌガー) (約160g 持ち帰り)

受講料 : 4,300円 (税込)



【料理】



覚えておきたい基本のレシピ 豚の生姜焼き編

【実食】

○豚の生姜焼き

○ポテトサラダ

○あさりとおおさの味噌汁

※実食時に白飯がつきます。

受講料 : 3,800円 (税込)

【お菓子】



モザイク模様の 「サン・セバスチャンケーキ」

- サン・セバスチャンケーキ 抹茶
(直径15cm 1台 持ち帰り)
- アイス抹茶ラテ (実食)

受講料 : 4,500円 (税込)

【パン & 料理】



作ってみたいあのメニュー！ 「グラデーション食パン & ミートドリア」

- グラデーションミニ食パン
(18×8×H6cmパウンド型 1台分 持ち帰り)
※事前に用意したパン生地に色をつけてこねるところから
実習します。
- たっぷりチーズのミートドリア (実食)

受講料 : 4,500円 (税込)

【親子】



親子でパン作りを楽しもう！ 可愛いみつばちパン

- みつばちパン（約10cm 6個 持ち帰り）
※事前に用意したパン生地で形を作るところから
実習します。
- ハニーレモンラッシー（実食）

受講料：親子2人1組 4,000円（税込）
※お子さま1人追加の場合、受講料の半額が追加となり、
事前のお申込みが必要です



体験

【体験】

【体験コースへの参加条件】

※東京ガス料理教室にはじめてご参加の方限定

※最後に東京ガス料理教室にご参加いただいてから、2年間ご参加のなかった方もご参加いただけます。



キーマカレー＆手作りナンに挑戦！
(初めての方限定)

- キーマカレー
- 手作りナン
- マンゴーラッシー

受講料 : 1,000円 (税込)

手作りって楽しい！人気のクッキー缶
(初めての方限定)

○クッキー缶 (12.4×8×H3.7cm | 缶 持ち帰り)

受講料 : 1,000円 (税込)



【体験】

【体験コースへの参加条件】

※東京ガス料理教室にはじめてご参加の方限定


※最後に東京ガス料理教室にご参加いただいてから、2年間ご参加のなかった方もご参加いただけます。



モーモーベーグル(初めての方限定)

○モーモーベーグル(直径8cm 4個 持ち帰り)

受講料 : 1,000円 (税込)



6月開催コースの募集開始は
5月1日(水) PM12:00を
予定しています。
みなさまのお申込みを
お待ちしております。