



8.9月

menu

しびれる辛さがクセになる！麻辣湯



- 【実食】
○麻辣湯（マーラータン）
○中華風甘酢漬け
○中華風かりんとう（2本 持ち帰り可）

受講料 ￥ 3,800 (税込)

作ってみたいパン フランスパン生地挑戦



- ガーリックバタークップ(約14×7cm 3コ 持ち帰り)
○ドライイチジク&クルミバトン(約20cm 4本 持ち帰り)

受講料 ￥ 4,500 (税込)

親子教室

栄養満点カッテージチーズを作ってみよう！



【実食】

- 作ってみよう！カッテージチーズ
- カッテージチーズ入りパンケーキ
- ホエーで作るブルーベリー＆バナナスムージー
- ※3人でご参加の場合、全品3人分です。

受講料 ￥ 4,000 (税込)

- ※親子2人1組
- ※お子さま1人追加の場合、
受講料の半額が追加となり、
事前のお申し込みが必要です。

親子教室

楽しく作ろう かわいいプードルクッキー



- プードルのサクサククッキー（直径10cm 4枚 持ち帰り）
- しろくまのアイス（実食）
- ※3人でご参加の場合、クッキーは6枚、アイスは3人分です。

受講料 ￥ 4,000 (税込)

- ※親子2人1組
- ※お子さま1人追加の場合、
受講料の半額が追加となり、
事前のお申し込みが必要です

学生限定・学割コース

キンパ&ヤンニョムチキンを作ろう！



【実食】

○牛肉入り彩りキンパ（1人1本）

○揚げない！ヤンニョムチキン（韓国風鶏のから揚げ）

※実食時、韓国サイダーが付きます。

受講料 ￥ 1,000（税込）

※こちらのクラスは、学生の方限定です。

当日、受付にて「学生証」をご提示ください。



9.10月

menu

パパッと簡単！ラク旨レシピ～チキン南蛮編～



【実食】

- フライパン1つ！チキン南蛮
 - お手軽！3種の手作りドレッシングで食べる満足サラダ
～和風オニオン・フレンチ・塩ニンニク～
 - アイスで簡単♪マンゴープリン
- ※実食時にご飯が付きます。

受講料 ￥ 3,800 (税込)

※東京ガス料理教室に初めてご参加の方限定クラスもございます。

塩バニラシフォンケーキと2色のぶどうのマリネ

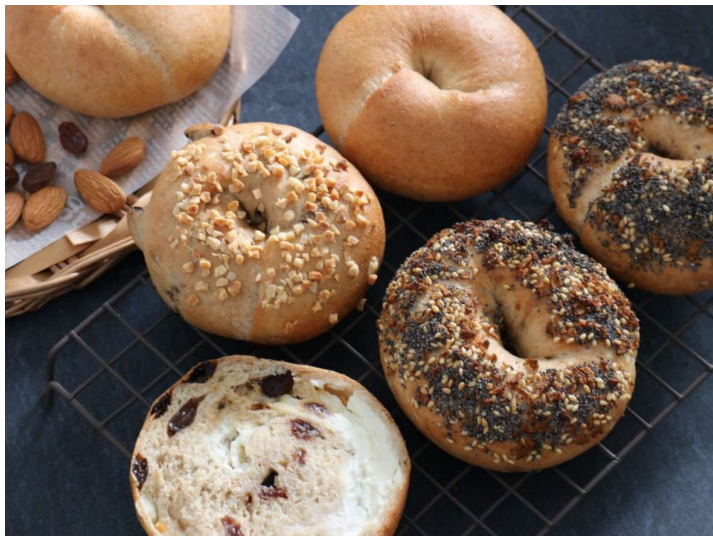


- 塩バニラシフォン（直径17cm 1台 持ち帰り）
- アイスといただく2色のぶどうのマリネ（実食）

受講料 ￥ 4,000 (税込)

※東京ガス料理教室に初めてご参加の方限定クラスもございます。

作ってみたいパン
手ごねで作る 3種のベーグル



○全粒粉ベーグル3種
～プレーン・オニオン&ポピーシード・レーズン&クリームチーズ～
(各2個 持ち帰り)

受講料 ￥ 4,000 (税込)

9月
menu

コラボ（20歳以上）

シャインマスカットサワーで味わう
贅沢アフタヌーンティー



【実食】

- カナッペ2種（ブルーチーズ&クルミ、生ハム&アボカド）
- エビとホタテのペンネ
- 焼きパプリカとひよこ豆のカラフルサラダ
- マスカットのタルトレット
- ※市販のタルトレットを使用します。

受講料 ￥ 4,500（税込）

※男性の方限定クラスもございます。

コラボ

チュニジア産オリーブオイルで作る
大使館のおもてなし料理



【実食】

- チュニジア産オリーブオイルで作る！手作りハリッサ
- ブリック（チュニジア風揚げ春巻き）
- チュニジア風サンドイッチ
- チュニジア風タコのサラダ
- 松の実入りミントティー
- チュニジア産デーツの簡単デザート

受講料 ￥ 5,000（税込）

コラボ

毎日の料理から「もしも」の時まで！
湯せんで作る防災レシピ



【防災ミニセミナー】
○断水・停電に備える豆知識
○マイコンメーターの復帰方法

【おいしい袋モフで作る湯せん調理・実食】
○中華丼
○青菜の和え物
○かぼちゃのクリーミーぜんざい
※上記3品は一人ずつ実習します。
○蒸しパン（持ち帰り可）
※蒸しパンはグループで実習します。
※蒸しパンの実食は1/4個分です。

受講料 ￥3,800（税込）

親子教室

群馬県コラボ 上州麦豚で作る！
野菜たっぷりむぎぶた丼



【実食】
○野菜たっぷりむぎぶた丼
○豆腐とハムのみそスープ
○米粉のチョコチップクッキー（直径約3cm 12個 持ち帰り可）
※3人でご参加の場合、すべて3人分です。

受講料 ￥5,000（税込）

※親子2人1組
※お子さま1人追加の場合、
受講料の半額が追加となり、
事前のお申し込みが必要です

台湾の定番土産「パイナップルケーキ」



○パイナップルケーキ（直径6cm 6個 持ち帰り）

※一人ずつ実習します。

○バタフライピーのセパレートソーダ（実食）

※グループで実習します。

受講料 ￥ 4,000（税込）

※東京ガス料理教室に初めてご参加の方限定クラスもございます。



ビギナーズ

ビギナーズコース

炒め物のコツを学ぶ



【実食】

- 青椒牛肉絲（チンジャオニューロースー）
- 中華風かきたまスープ
- 中華風甘酢漬け
- ※実食時にご飯が付きます。

受講料 ￥ 3,800 (税込)

※東京ガス料理教室に初めてご参加の方限定クラスもございます。

ビギナーズコース

美味しいナポリタンの作り方を学ぶ



【実食】

- ナポリタン
- キノコマリネ
- 旬果カクテルゼリー

受講料 ￥ 3,800 (税込)

※東京ガス料理教室に初めてご参加の方限定クラスもございます。

ビギナーズコース

ふわとろ親子丼の作り方を学ぶ



【実食】
○親子丼
○手まり麴のすまし汁
○キャベツの塩昆布漬

受講料 ￥ 3,800 (税込)

※東京ガス料理教室に初めてご参加の方限定クラスもございます。

体験



体験

キーマカレー＆手作りナンに挑戦！



【実食】

○キーマカレー

○手作りナン

○マンゴーラッシー

※ナンは一人ずつ実習します。

受講料 ￥1,000 (税込)

【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。

体験

手作りって楽しい！人気のクッキー缶



○クッキー缶 (12.4×8×H3.7cm 1缶 持ち帰り)

受講料 ￥1,000 (税込)

【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。

体験

モーモーベーグル

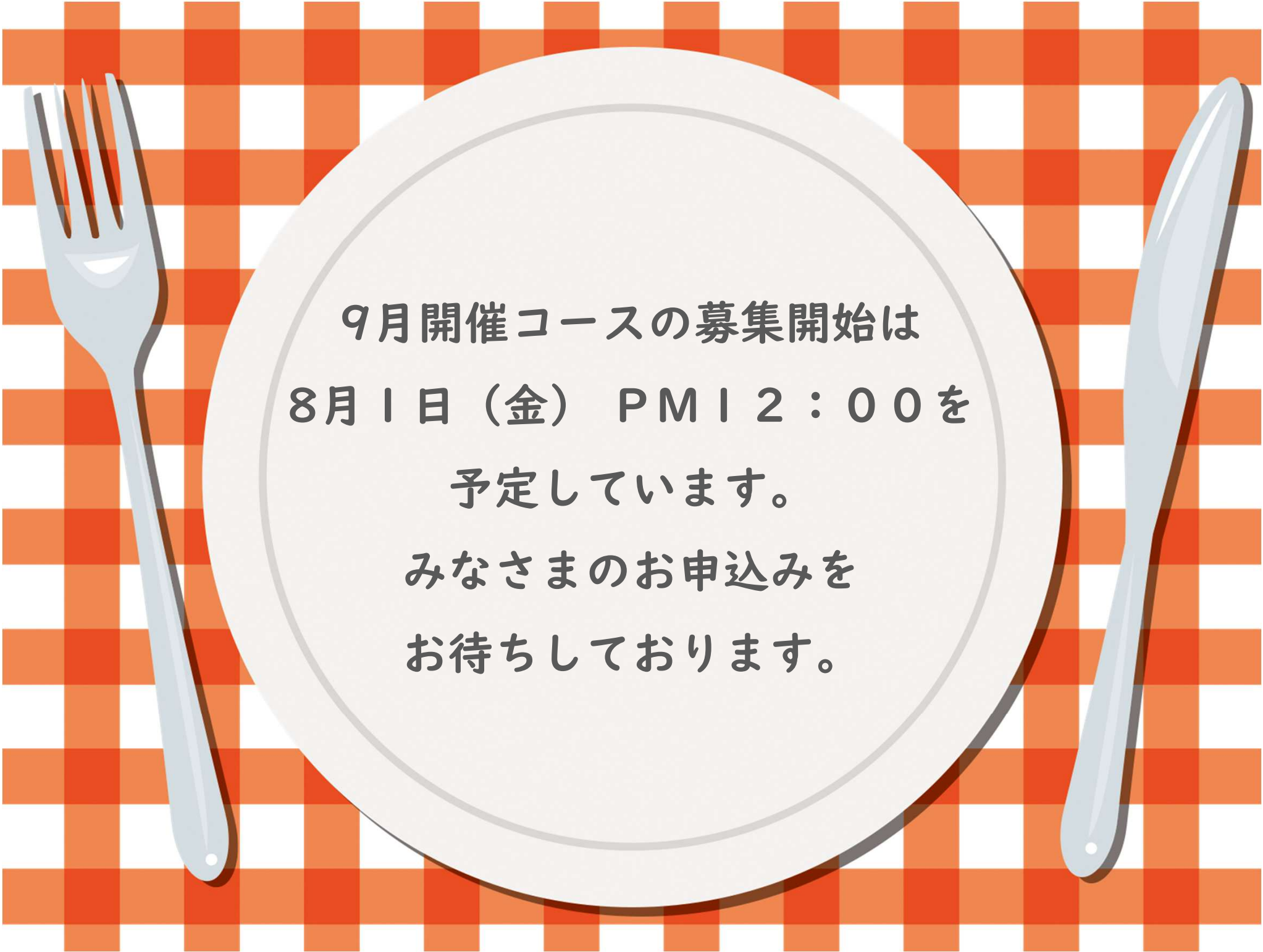


○モーモーベーグル

受講料 ￥1,000 (税込)

【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。



9月開催コースの募集開始は
8月1日（金）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。