

# 東邦ガス料理教室 回数チケット講座 6月スケジュール

回数チケット講座は、料理教室に初めて通う方におすすめの基本コースです。

料理は、それぞれのメニューを通じてポイントを学び、全24回で基本の料理をマスターできる内容となっています。

パンは、全12回で、食事パン、お菓子パン・お総菜パン・ハード系のパンなど、幅広いパンの捏ね方や成形を学びます。

回数チケット（1回券6,000円、3回券15,000円、6回券30,000円）をご購入いただき、お好きな日程やメニューを選んでご受講いただけます。

2023年4月からリニューアルし、定員を8名から4名とし、さらに少人数制となりました。

講師（東邦ガス料理教室インストラクター）が参加者のペースに合わせた丁寧な指導を行いますので、料理は初めてという方も、改めて基礎をしっかりと学びたい方も、苦手なところだけ教えてほしいという方も、ぜひご受講ください。

※本講座ではテキストとして「東邦ガス料理教室の定番メニュー100選『やさしい、美味しい、RecipeBook』」を使用します。

初回受講時にテキストのご購入が必要となります。価格：935円(税込み)

※予告なく変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。

| 講座名           | 日程   | メニュー  |
|---------------|--|---|
| はじめての料理<br>和食 | 3日(土) 10:30~12:30<br>8日(木) 10:30~12:30<br>8日(木) 19:00~21:00    | ⑤親子丼・ごぼうとにんじんのきんぴら<br>★学べるポイント★<br>・卵の扱い方 ・炒め煮のコツ<br>・アクの強い野菜の下処理                           |
|               | 10日(土) 10:30~12:30<br>13日(火) 10:30~12:30<br>13日(火) 19:00~21:00 | ⑥とんかつ・マカロニサラダ<br>★学べるポイント★<br>・揚げ物のコツ ・フライの衣付け<br>・野菜の切り方                                   |
| はじめての料理<br>洋食 | 18日(日) 10:30~12:30<br>19日(月) 10:30~12:30<br>22日(木) 19:00~21:00 | ③オムライス・シーザーサラダ・野菜たっぷりコンソメスープ<br>★学べるポイント★<br>・炊きこみごはん(ピラフ)の作り方<br>・シーザードレッシングの作り方<br>・卵の扱い方 |
| はじめての料理<br>中華 | 25日(日) 10:30~12:30<br>27日(火) 10:30~12:30<br>28日(水) 19:00~21:00 | ③八宝菜・棒棒鶏サラダ・コーンスープ<br>★学べるポイント★<br>・とろみの付け方 ・肉のゆで方<br>・かきたまの作り方                             |
| はじめてのパン       | 8日(木) 14:00~16:30  | ⑤ノアレザン  |
|               | 27日(火) 10:30~13:00   | ⑥山形食パン  |

# 回数チケット講座 メニュー一覧

※予告なく変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。

| 講座名                    | 番号(回目) | メニュー                          |
|------------------------|--------|-------------------------------|
| はじめての料理(和食)<br>(略称:和食) | ①      | 野菜炒め・油揚げとわかめの味噌汁・ご飯           |
|                        | ②      | 鶏の唐揚げ・大根サラダ                   |
|                        | ③      | 筑前煮・青菜のおひたし                   |
|                        | ④      | あじの塩焼き・肉じゃが                   |
|                        | ⑤      | 親子丼・ごぼうとにんじんのきんぴら             |
|                        | ⑥      | とんかつ・マカロニサラダ                  |
|                        | ⑦      | しょうが焼き・青菜と厚揚げの煮びたし・豆腐とわかめの味噌汁 |
|                        | ⑧      | 魚の煮付け・炒り豆腐                    |
|                        | ⑨      | 天ぶらの盛り合わせ・れんこんのきんぴら・あさりの味噌汁   |
|                        | ⑩      | 五目炊き込みご飯・ひじきの煮物               |
|                        | ⑪      | ちらし寿司・茶碗蒸し                    |
|                        | ⑫      | さばの味噌煮・豚しゃぶサラダ・かきたま汁(冬季限定)    |
| はじめての料理(洋食)<br>(略称:洋食) | ①      | ハンバーグ・ポテトサラダ                  |
|                        | ②      | ツナとなすのトマトソーススパゲティ・グリーンレタスサラダ  |
|                        | ③      | オムライス・シーザーサラダ・野菜たっぷりコンソメスープ   |
|                        | ④      | カルボナーラ・チキンの香草焼き・クレープ          |
|                        | ⑤      | マカロニグラタン・にんじんサラダ・ミネストローネ      |
|                        | ⑥      | 魚の香草フライ・きのこのマリネ・野菜のポターージュ     |
| はじめての料理(中華)<br>(略称:中華) | ①      | チャーハン・中華風春雨サラダ                |
|                        | ②      | 餃子・いかとセロリの和えもの・春雨スープ          |
|                        | ③      | 八宝菜・棒棒鶏サラダ・コーンスープ             |
|                        | ④      | 中華おこわ・焼売(シューマイ)・青梗菜ときくらげのスープ  |
|                        | ⑤      | 新メニュー追加予定                     |
|                        | ⑥      | 新メニュー追加予定                     |
| はじめてのパン<br>(略称:パン)     | ①      | あんパン・クリームパン                   |
|                        | ②      | ピザ・フォカッチャ                     |
|                        | ③      | メロンパン・モカメロンパン                 |
|                        | ④      | ベーグル                          |
|                        | ⑤      | ノアレザン                         |
|                        | ⑥      | 山形食パン                         |
|                        | ⑦      | バターロール・ハムロール                  |
|                        | ⑧      | シナモンロール                       |
|                        | ⑨      | リースパン(冬季限定)                   |
|                        | ⑩      | クロワッサン(冬季限定)                  |
|                        | ⑪      | 明太フランスパン                      |
|                        | ⑫      | オニオンローフ                       |