

東邦ガス料理教室 回数チケット講座 10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6000円、3回券15000円、6回券30000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 和食	平日朝 24日(火) 10:30~12:30 平日夜 24日(火) 19:00~21:00 土日朝 21日(土) 10:30~12:30	①野菜炒め・油揚げとわかめの味噌汁・ご飯 ★学べるポイント★ ・米の研ぎ方 ・計量カップと計量スプーンの使い方 ・煮干しの出汁の取り方 ・包丁の持ち方、野菜の切り方
	平日朝 6日(金) 10:30~12:30 平日夜 6日(金) 19:00~21:00 土日朝 7日(土) 10:30~12:30	②鶏の唐揚げ・大根サラダ ★学べるポイント★ ・鶏肉の扱い方 ・せん切りの仕方 ・揚げ油の温度の見方
はじめての料理 洋食	平日朝 12日(木) 10:30~12:30 平日夜 12日(木) 19:00~21:00 土日朝 14日(土) 10:30~12:30	①ハンバーグ・ポテトサラダ ★学べるポイント★ ・ひき肉の扱い方 ・ハンバーグの成形と焼き方のコツ ・野菜の切り方
はじめての料理 中華	平日朝 17日(火) 10:30~12:30 平日夜 16日(月) 19:00~21:00 土日朝 28日(土) 10:30~12:30	①チャーハン・中華風春雨サラダ ★学べるポイント★ ・中華料理の炒め物の作り方 ・和え物の作り方
はじめてのパン	平日昼 13日(金) 14:00~16:30	①あんパン・クリームパン
	平日朝 26日(木) 10:30~13:00	②ピザ・フォカッチャ

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	実施予定月
はじめての料理(和食) (略称:和食)	①	野菜炒め・油揚げとわかめの味噌汁・ご飯	4月・10月
	②	鶏の唐揚げ・大根サラダ	4月・10月
	③	筑前煮・青菜のおひたし	5月・9月・11月
	④	あじの塩焼き・肉じゃが	5月・11月
	⑤	親子丼・ごぼうとにんじんのきんぴら	6月・12月
	⑥	とんかつ・マカロニサラダ	6月・12月
	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	7月・9月・1月
	⑧	魚の煮付け・炒り豆腐	7月・1月
	⑨	天ぷらの盛り合わせ・れんこんのきんぴら・あさりの味噌汁	8月・3月
	⑩	五目炊き込みご飯・ひじきの煮物	8月・3月
	⑪	ちらし寿司・茶碗蒸し(冬季限定)	2月
	⑫	さばの味噌煮・豚しゃぶサラダ・かきたま汁(冬季限定)	2月
はじめての料理(洋食) (略称:洋食)	①	ハンバーグ・ポテトサラダ	4月・10月
	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	5月・11月
	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	6月・12月
	④	カルボナーラ・チキンの香草焼き・クレープ	7月・1月
	⑤	マカロニグラタン・にんじんサラダ・ミネストローネ	8月・2月
	⑥	魚の香草フライ・きのこのマリネ・野菜のポタージュ	9月・3月
はじめての料理(中華) (略称:中華)	①	チャーハン・中華風春雨サラダ	4月・10月
	②	餃子・いかとセロリの和えもの・春雨スープ	5月・11月
	③	八宝菜・棒棒鶏サラダ・コンソメスープ	6月・12月
	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	7月・1月
	⑤	春巻・きくらげと卵の炒め物・もやしときゅうりのナムル	8月・2月
	⑥	酢豚・青菜炒め・ラーパーツアイ	9月・3月
はじめてのパン (略称:パン)	①	あんパン・クリームパン	4月・10月
	②	ピザ・フォカッチャ	4月・10月
	③	メロンパン・モカメロンパン	5月・11月
	④	ベーグル	5月・8月・11月
	⑤	ノアレザン	6月・12月
	⑥	山形食パン	6月・8月・2月
	⑦	バターロール・ハムロール	7月・1月
	⑧	シナモンロール	7月・1月
	⑨	リースパン(冬季限定)	12月
	⑩	クロワッサン(冬季限定)	2月
	⑪	明太フランスパン	9月・3月
	⑫	オニオンローフ	9月・3月