

<2024年度第4期 2025年1月~3月> 北陸ガス古町料理教室 メニュー 一覧

※メニューは諸事情により変更になる場合があります。

|  |                                  | 1月  | 2月   | 3月  |
|--|----------------------------------|---|--|---|
| 3<br>回<br>コ<br>ー<br>ス                          | (月) 手作りパンと手軽なお料理                 | 6日<br>ベーコンチーズパン<br>魚のホイル焼き  | 3日<br>編みパン<br>菜花のサラダ<br>さつまいものポタージュスープ                     | 3日<br>リッチな食パン<br>えびのグラタン  |
|  | (月) 毎日のお料理レシピ                    | 27日<br>ほうれん草と豚肉の豆腐クリーム和え<br>鶏むね肉とピーマンの揚げ焼き<br>大根スープ                           | 10日<br>豚ロース肉とパプリカソテー<br>白菜とベーコンの牛乳煮<br>温野菜サラダ              | 10日<br>野菜たっぷり肉団子<br>ほうれん草の中華炒め<br>ばら肉と大根のスープ<br>豆腐チーズケーキ                  |
|  | (月) シンプルなパンとお料理                  | 20日<br>テーブルパン<br>スペイン風オムレツ トマトソース添え   | 17日<br>ベーグル<br>かきのチャウダー                                    | 17日<br>山形食パン<br>カリフラワーのポタージュスープ<br>レタスのジュレサラダ                             |
|  | (水) 家庭で楽しむ懐石料理                   | 22日 <節分の懐石><br>向付:寒鰯の酢締め 椀盛:菜の花すり流し 海老<br>汁:しじみ汁 焚き合わせ:厚揚げ 梅人参 蒨              | 26日 <雛祭りの点心><br>海老旨煮 半熟卵の粕漬け 冬菜漬け<br>向付:白身魚菜種和え 椀盛:蛤潮汁     | 26日 <観桜の懐石><br>向付:桜鯛昆布締め 椀盛:海老真丈<br>焼物:旬魚塩焼 強肴:山菜天ぷら                      |
|  | (木) フランスの家庭料理                    | 23日<br>じゃがいものエクラゼ&伊予柑コンフィ<br>真鱈と白菜のヴァンデ風 黒豆のア・ラ・フランセーズ                        | 27日<br>サバのソテー&菊芋コルニッション<br>アルザス地方の手打ちパスタ 北フランスのお米のタルト      | 27日<br>山菜のベニエ 鶏肉のコルドンブルー<br>ふきのとうのレアチーズケーキ                                |
|  | (金) 素敵にティータイム                    | 10日 <紅茶を美味しくするルール><br>ストレートティー ティーパック&テトラを使った入れ方<br>イギリスのリッチなスコーン スコーンで(軽い食事) | 14日 <鍋で煮込み式><br>ジンジャーミルクティー&マサラティー<br>バナナのマフィン バインミー       | 14日 <ちょっとおしゃれに><br>ストロベリーチャイ パイシートで簡単いちごパイ<br>フルーツスコーン 季節のパンランチ           |
|  | (金) 懐かしい味・伝えたい味                  | 17日<br>切り身魚の甘みそ焼き 蕪と鶏肉団子の煮物<br>かやくごはん 白菜甘酢漬け                                  | 21日<br>塩豚と大豆の煮込み 湯豆腐<br>鶏レバーの山椒煮                           | 21日<br>太巻き寿司 白身魚の吸い物<br>苺ミルクゼリー   |
| 月<br>1<br>回<br>ス<br>ポ<br>ッ<br>ト<br>コ<br>ー<br>ス | 便利機能でクッキング                       | 9日(木)<br>グリルチキン 自作チーズのサラダ<br>きのこの香草バター焼き おからドーナツ                              | 6日(木)<br>トマトとニンニクのスパゲティ<br>温野菜とポテトチーズソース ブラウニー             | 6日(木)<br>里芋のコロッケ 魚のカレー風味焼き<br>けんちん汁 きなこプリン                                |
|  | 今月のスイーツ                          | 16日(木)<br>抹茶のパウンドケーキ  | 20日(木)<br>チョコレートシフォンケーキ                                    | 13日(木)<br>フルーツのタルト  |
|  | お料理ビギナーズ                         | 11日(土)<br>とんかつ(豚ロース) しじみ汁<br>抹茶ミルクプリン   | 1日(土)<br>キンパ チャプチェ<br>ヤンニョムチキン                             | 8日(土)<br>パエリア ピンチョス<br>バスクチーズケーキ(デモ)                                      |
|  | 親子de楽しくクッキング                     | 26日(日) <節分の和食><br>海老真丈のお椀 炒り大豆ご飯<br>青菜のピーナツ和え めざし お豆腐白玉                       | 23日(日)<br>焼売 コーンスープ<br>杏仁豆腐                                | 23日(日)<br>コルドンブルー(鶏とハム、チーズのフライ) プチリーフの<br>ミモザサラダ フロマーージュブラン(生クリームとヨーグルトで) |
|  | 作ってみよう!<br>プレートランチ<br>※2Fキッチンルーム | 20日(月)<br>ラグーソースのパスタ かぶまるごとスープ  |  | 17日(月)<br>豚チャーシュー 三色水羊羹   |
|  | ★ 親子de楽しくクッキング                   | 25日(土) <節分の和食><br>海老真丈のお椀 炒り大豆ご飯<br>青菜のピーナツ和え めざし お豆腐白玉                       | 22日(土)<br>焼売 コーンスープ<br>杏仁豆腐                                | 22日(土)<br>コルドンブルー(鶏とハム、チーズのフライ) プチリーフの<br>ミモザサラダ フロマーージュブラン(生クリームとヨーグルトで) |
|  | ★ お家で手軽におもてなし                    | 19日(日)<br>牡蠣ご飯 豚肉ともやしの簡単鍋<br>鯖缶と春菊のサラダ  | 16日(日)<br>茹でごぼうとしゃぶしゃぶ肉の胡麻味噌和え<br>長葱と油揚げの南蛮漬け ひじきと高野豆腐のだしに | 16日(日)<br>かしわめし 鮭と小松菜のかき揚げ<br>カブと厚揚げの味噌汁                                  |

★ 東新潟コミュニティーセンター会場