

# キッチンスタジオ5

坂戸ガス 体験型ショールーム併設の料理教室「キッチンスタジオ5」にて各種教室を開催いたしております。この機会に料理のレパートリーを増やしましょう。

## 今回のピックアップ教室

### 健康維持はまず食生活から！ヘルシーメニュー教室

毎日の食事に役立つ薬膳の話を取り入れながら、毎回オシャレでヘルシー（低カロリー・低塩分）なメニューを紹介します。新しい食卓の1品を見つけに、ぜひいらしてください！



講師の川畑先生

7月 July							2015年 申込締切 6月25日	
日	月	火	水	木	金	土		
				1	2	3	4	ヘルシーメニュー
5	6	7	8	9	10	11		
12	13	14	15	16	17	18		
19	20	21	22	23	24	25		
26	27	28	29	30	31			

**小川先生のそば打ち教室**  
つなぎとそば粉の混合割合は二八です  
そば粉は石臼で自家製粉したものです  
お蕎麦屋さんのおつまみ付

日時  
7月 13日(月)  
7月 27日(月)  
各10:30~13:00  
定員 各10名  
受講料 各2,000円

**外川先生のおうちごはん**  
トマトづくしの献立  
・ドライトマトとオリーブの焼き込みご飯  
・ミニトマトのかき玉スープ  
・トマトジャムのデザート

日時  
7月 14日(火)  
10:30~13:00  
定員 10名  
受講料 1,500円

**竹田先生の手作りパン教室**  
ライスセサミブレッド  
上新粉を生地に使用し  
黒ゴマを混ぜ込んだパンです

日時  
7月 2日(木)  
7月 21日(火)  
各10:30~13:30  
定員 各10名  
受講料 各2,000円

**金田先生の洋食教室**  
爽快な味わい  
・いかのスープは立てカレー風味  
・チキングリル蜂蜜マスタードソース

日時  
7月 16日(木)  
10:30~13:30  
定員 10名  
受講料 2,000円

**奥井先生の和菓子教室**  
夏菓子をつくりましょう  
★その1★  
淡雪羹 ちよっと大人なかき氷

日時  
7月 23日(木)  
7月 28日(火)  
各13:00~16:00  
定員 各10名  
受講料 各1,500円

**トランティ先生のベトナム料理教室**  
ベトナムのふだんのご飯  
・豚肉と海老甘辛煮  
・空芯菜のにんにく炒め  
・青菜と肉団子スープ

日時  
7月 29日(水)  
10:30~13:30  
定員 10名  
受講料 1,500円

**川畑先生のヘルシーメニュー教室**  
夏の簡単ヘルシー常備菜  
～夏を乗り切る常備菜～  
・ジャコとセロリのふりかけ  
・牛肉のサルサ・夏野菜マリネ他

日時  
7月 4日(土)  
10:30~13:00  
定員 10名  
受講料 1,000円

8月 Aug							2015年 申込締切 7月25日	
日	月	火	水	木	金	土		
2	3	4	5	6	7	8	1	ヘルシーメニュー
9	10	11	12	13	14	15		
16	17	18	19	20	21	22		
23	24	25	26	27	28	29		
30	31							

**小川先生のそば打ち教室**  
そばの出来栄は集中力で決まります  
小川邸に免許音伝の職と費められますように  
お蕎麦屋さんのおつまみ付

日時  
8月 3日(月)  
8月 17日(月)  
各10:30~13:00  
定員 各10名  
受講料 各2,000円

**外川先生のおうちごはん**  
ピリ辛の中国料理  
・ジャージャー麺(肉みそと夏野菜をのせた麺)  
・蒸しなすの中華風サラダ  
・パッションフルーツとオレンジのゼリー

日時  
8月 4日(火)  
10:30~13:00  
定員 10名  
受講料 1,500円

**竹田先生の手作りパン教室**  
カレーチーズオニオン  
カレー味の生地にチーズと玉ねぎを巻き込んで焼き上げるパンです

日時  
8月 11日(火)  
8月 21日(金)  
各10:30~13:30  
定員 各10名  
受講料 各2,000円

**金田先生の洋食教室**  
猛暑に向けた品々  
・野菜の冷製スープ  
・ポークソーテービーナッツ入りトマトソース

日時  
8月 20日(木)  
10:30~13:30  
定員 10名  
受講料 2,000円

**奥井先生の和菓子教室**  
夏菓子をつくりましょう  
★その2★  
くずきり ところ天

日時  
8月 19日(水)  
8月 27日(木)  
各13:00~16:00  
定員 各10名  
受講料 各1,500円

**トランティ先生のベトナム料理教室**  
夏の暑さを乗り越えたい料理  
・チキンカレー  
・青いパイヤサラダ  
・ロンガン入りゼリーのチャー

日時  
8月 25日(火)  
12:00~14:30  
定員 10名  
受講料 1,500円

**川畑先生のヘルシーメニュー教室**  
夏の簡単ヘルシーおやつ  
～夏はおやつで栄養補給～  
・スイカのカスパチヨ風・スッキーニのピザ  
・フルーツヨーグルト菓子他

日時  
8月 1日(土)  
10:30~13:00  
定員 10名  
受講料 1,000円

**特別企画 親子料理教室**  
親子で楽しく作りましょう！  
・鮭ときょうりの簡単寿司  
・野菜たっぷり春雨スープ  
・抹茶シェイク

日時  
8月 6日(木)  
午前の部 10:30~13:00  
午後の部 14:30~17:00  
定員 各5組 1組 1,000円

9月 Sept							2015年 申込締切 8月25日	
日	月	火	水	木	金	土		
6	7	8	9	10	11	12		
13	14	15	16	17	18	19		
20	21	22	23	24	25	26		
27	28	29	30					

**小川先生のそば打ち教室**  
打ったおそばは、お土産に！(5人前)  
①鉢 ②延し ③包丁が極意です  
お蕎麦屋さんのおつまみ付

日時  
9月 7日(月)  
9月 28日(月)  
各10:30~13:00  
定員 各10名  
受講料 各2,000円

**外川先生のおうちごはん**  
夏の終わりの和食  
・薬味ずし(みょうがやしそをたっぷり使った混ぜ寿司)  
・とうがんのエビあんかけ  
・豆乳プリンマジェ あずきのソース

日時  
9月 8日(火)  
10:30~13:00  
定員 10名  
受講料 1,500円

**竹田先生の手作りパン教室**  
モンブラン  
焼き上がったパン生地にモンブランクリームを敷り、ケーキのように仕上げるパンです

日時  
9月 11日(金)  
9月 15日(火)  
各10:30~13:30  
定員 各10名  
受講料 各2,000円

**金田先生の洋食教室**  
専門家の味を食卓に  
・野菜とトマト風味スープイタリー風  
・コッテージパイ  
(牛肉の黒豆みそとマッシュポテトのグラタン)

日時  
9月 3日(木)  
10:30~13:30  
定員 10名  
受講料 2,000円

**奥井先生の和菓子教室**  
リクエストにお応えして  
くるみゆべし パター餅

日時  
9月 17日(木)  
9月 29日(火)  
各13:00~16:00  
定員 各10名  
受講料 各1,500円

**トランティ先生のベトナム料理教室**  
週末に食べたくなる料理  
・ベトナム風お好み焼き  
・しじみ汁ビーフン  
・ベトナムプリン

日時  
9月 30日(水)  
10:30~13:30  
定員 10名  
受講料 1,500円

**栄大生のシフォンケーキ教室**  
プレーンシフォン  
お待たせしました！  
今年度第1回目です！  
しっとりふわふわシフォンです！

日時  
9月 10日(木)  
13:00~15:00  
定員 10名  
受講料 1,000円

メニューは、都合により変更になる場合があります。ご了承ください。

※写真はイメージとして過去の作例等を掲載しています。※表示の受講料は全て税込価格となっております。

Sakado Studio

## 受講生募集!!

キッチンスタジオ5

- はがきでお申込みの場合、下記の内容をご記入の上お申込みください。
- お申込み多数の場合は抽選し、後日当選者のみ教室案内を郵送いたします。(尚、参加の際は教室案内をご持参ください。)
- 講師の都合などにより、開催を中止させていただきます場合があります。
- はがき1枚で3教室までお申込み頂けます。
- 当教室は、駐車場がございませんのでご了承ください。

- お申込み時にいただいた個人情報は教室の運営以外の目的には一切使用いたしません。
- 親子料理教室につきましては、小学生以上のお子様とさせていただきます。
- 当選後にキャンセルされる場合には、キャンセル料(受講料)がかかりますので、お早めにご連絡ください。  
開催日の4日前(開催日を含みません)まで・・・無料  
開催日の3日前(開催日を含みません)から当日・・・全額

### ●はがきでお申込みの場合

①コース名	②開催日	③お名前(フリガナ)	④郵便番号	⑤住所	⑥電話番号(日中連絡のとれるところ)	⑦年代(例：40歳代)
⑧希望の教室	「料理教室」係					

### ●インターネットでお申込みの場合

坂戸ガス

坂戸ガス 0120-35-2025

※申込締切日以降、定員に満たない教室がある場合、先着順で受付させていただきます。

### 「キッチンスタジオ5」レンタルいたします!!

Kitchen Studio 5

当社料理教室開催日以外の営業日には、料理教室「キッチンスタジオ5」を地域のサークル活動等へ貸出いたします。どうぞご利用ください。

- |  |   |
|--|---|
| <p><b>1.貸出条件</b></p> <p>(1)利用目的 団体やサークルが、各種地域活動・文化活動・コミュニティ活動等に利用する場合で、当社が適当と認めた目的であること。</p> <p>(2)利用日時 月曜日から金曜日の通常営業日/10:00~17:00 1回 3時間を基本とします。その他は御相談ください。</p> <p>(3)利用料金 1,000円/1時間 ただし、利用目的等により、上記利用料を減額、免除する場合があります。</p> | <p><b>2.貸出不可の場合</b></p> <p>(1)宗教活動 (2)政治活動 (3)その他当社が不適当と認めた場合</p> |
| <p><b>3.利用申込み</b></p> <p>(1)利用日の1ヶ月前よりお申込みが可能です。</p> <p>(2)責任者が来店、「料理教室利用申込書」に必要事項を記入の上、提出してください。(担当 斎藤まで)</p>   |   |