

**食のアトリエkawanoの台所  
楽しさアップ☆おうちごはん** 6ヶ月 **6**回 コース



竹田市「食のアトリエkawanoの台所」主宰の河野叔子先生が、家庭料理をさらにおいしくできるレシピをお伝えします。

開催日時 **毎月第4月曜日**  
11:00-13:00  
4/27、5/25、6/22  
7/27、8/24、9/28

受講料 **15,000円** 大分ガスとご契約のお客さま **12,000円**



河野 叔子 先生

メニュー例  
● 青豆ごはん  
● ミートボール  
● 菜の花の和え物  
● にんじんしりしり風  
● かぼちゃサラダ  
● ゆで卵のしょうゆ漬け

**マーマフレープ  
楽しい手ごねパン教室 春コース** 3ヶ月 **3**回 コース



「マーマフレープ」主宰の姫野恵美先生による簡単な道具を使って出来る手ごねパンの教室です。おいしいパンが出来るように基本から丁寧に教えます。

開催日時 **毎月第4金曜日**  
10:00-12:00  
4/24、5/22、6/26

受講料 **6,500円** 大分ガスとご契約のお客さま **5,000円**



姫野 恵美 先生

メニュー例  
● ストロベリーローズ

**マーマフレープ  
楽しい手ごねパン教室 夏コース** 3ヶ月 **3**回 コース



「マーマフレープ」主宰の姫野恵美先生による簡単な道具を使って出来る手ごねパンの教室です。おいしいパンが出来るように基本から丁寧に教えます。

開催日時 **毎月第4金曜日**  
10:00-12:00  
7/24、8/28、9/25

受講料 **6,500円** 大分ガスとご契約のお客さま **5,000円**



姫野 恵美 先生

メニュー例  
● 2種のフォカッチャ

**薬食同源  
体にやさしい薬膳料理 in 別府** 3ヶ月 **3**回 コース



「国際中医師」「国際中医薬膳師」の小倉倫子先生が、おいしく手軽にできる体にやさしい季節の家庭薬膳をお伝えします。

開催日時 **隔月第2火曜日**  
10:30-13:00  
5/12、7/14、9/15  
※9月は第3火曜日

受講料 **7,500円** 大分ガスとご契約のお客さま **6,000円**



小倉 倫子 先生

メニュー例  
梅雨の薬膳  
● スズキのあんかけ蒸し  
● はと麦と小豆の粥  
● とうもろこし中華風スープ  
● 小豆昆布  
● 甘酒豆腐花マンゴーソース  
● あずき茶

**焼きたてピザで彩る  
夏の食卓** お手軽 **1**回 コース



大分市中央町のイタリア生パスタ専門店「ヴィアデッラキエーザ」の黒川シェフが本場イタリアで修業した味をご紹介します。焼きたての香り豊かなピザを手づくりして、家族や友人と夏らしい食卓を囲みましょう。

開催日時 7/2(木) 11:00-13:30

受講料 **2,500円**



黒川 明 先生

メニュー例  
● マルゲリータ  
● 魚介のガスパチョ

**季節をたのしむ和菓子** お手軽 **1**回 コース



別府市松原町の和菓子店「荒巻商店」の四代目店主が、目でも舌でも楽しめる、繊細で美しい季節の和菓子の作り方をやさしくお伝えします。

開催日時 4/1(水)  
13:30-15:30

受講料 **2,000円**



荒巻 秀幸 先生

メニュー例  
● いちご大福  
● うぐいす餅

※写真・メニュー例はすべてイメージです。掲載内容は都合により変更になる場合がございます。  
※食品衛生上、作った料理のお持ち帰りはお断りしております。パン、焼菓子、和菓子など一部お持ち帰りいただけるものもございます。

# 大分ガスの料理教室

OITA GAS COOKING CLASSES



第19期 **受講生募集!** 入会金 無料  
(4月開講)

お申込み  
締切り

**3/9**(月)

- ご希望の各会場まで電話かFAXでお申込みください。
- お申込みは、アスク別府・アスク大分合わせて「お1人さま3講座まで」とさせていただきます。
- 大分ガスとご契約のお客さまには特別割引がございます。(6回コース3,000円割引、3回コース1,500円割引) グループ会社[大分ガスエネルギー]とご契約のお客さまも割引の対象になります。

FAXでお申込みの場合 ①参加したい料理講座名・会場 ②お名前(漢字とフリガナ) ③郵便番号・住所・電話番号 ④参加人数 ⑤大分ガスまたは大分ガスエネルギーとのご契約の有無

※応募者多数の場合は抽選となります。抽選結果は当選の有無にかかわらず応募者の皆さまに通知させていただきます。

アスク別府 Tel.0977-26-4110 Fax.0977-26-1472 アスク大分 Tel.097-574-7878 Fax.097-574-7880

お問合せ先

## アスク 別府

開館時間 8:30~17:30  
店休日 お盆・年末年始  
別府市餅ヶ浜町5-35  
TEL.0977-26-4110  
FAX.0977-26-1472



## アスク 大分

開館時間 10:00~18:00  
店休日 木曜日・お盆・年末年始  
大分市金池南1-1-5  
JRおおいたシティ  
第2駐車場 2階  
TEL.097-574-7878  
FAX.097-574-7880



# 最新のSiセンサーコンロを使った、一流の講師陣による楽しいレッスン。

大分ガスの料理教室は、伝統の和食や本格的なイタリアン、中華など多彩な料理が学べます。お手軽な1回コースから、じっくり学べる6回コースまで、お好みに合わせてお選びいただけます。

OITA 12講座 ■開催場所 大分ガスショールーム アスク大分 ■募集人数 各講座定員 10名

### 西川シェフのイタリア料理講座 ～Per La Felicità～

6ヶ月  
6回  
コース



大分市中央町のイタリアンレストラン「クッチーナフェリーチェタク」の西川シェフが、本場イタリアで修業した味を楽しくお伝えします。

開催日時 毎月第2水曜日  
11:00-13:00  
4/8、5/13、6/10  
7/8、8/5、9/9  
※8月は第1水曜日

メニュー例  
●海老と彩り野菜のトマトソースパスタ  
●ピッツァクアトロフォルマッジョ  
(4種チーズのピッツァ)  
●豚肉のミラノ風カツレツ

受講料 15,000円  
大分ガスとご契約のお客さま 12,000円

西川 拓雄 先生

### やさしいパン教室

6ヶ月  
6回  
コース



「Kitchen Cocon」主宰の佐藤真由美先生が、ガスオーブンで焼き上げたおいしいパンと焼き菓子をご紹介します。初心者の方でも安心な明るく楽しいレッスンです。

開催日時 毎月第1月曜日  
10:30-12:30  
4/6、5/11、6/1  
7/6、8/3、9/7  
※5月は第2月曜日

メニュー例  
●マヨネーズパン  
●塩ロールパン  
●ウールロールパン

受講料 13,000円  
大分ガスとご契約のお客さま 10,000円

佐藤 真由美 先生

### 薬食同源 体にやさしい薬膳料理 in 大分

3ヶ月  
3回  
コース



「国際中医師」「国際中医薬膳師」の小倉倫子先生が、おいしく手軽にできる体にやさしい季節の家庭薬膳をお伝えします。

開催日時 隔月第3金曜日  
10:30-13:00  
5/15、7/17、9/18

メニュー例  
梅雨の薬膳  
●スズキのあんかけ蒸し  
●はと麦と小豆の粥  
●とうもろこし中華風スープ  
●甘酒豆腐花マンゴーソース  
●小豆昆布 ●あずき茶

受講料 7,500円  
大分ガスとご契約のお客さま 6,000円

小倉 倫子 先生

### 食のアトリエkawanoの台所が 伝える「魔法の食卓」

お手軽  
1回  
コース



竹田市「食のアトリエkawanoの台所」主宰の河野叔子先生が忙しいあなたに贈る、簡単・時短・作り置きで、毎日がたのしくなるレシピをご提案します。

開催日時 6/29(月)  
11:00-13:00

メニュー例  
ワンパン クッキングシート蒸し料理  
●ミートボール  
●にんじんしりしり風  
●かぼちゃサラダ  
●ゆで卵のしょうゆ漬け  
●キャベツのオイル蒸し

受講料 2,500円

河野 叔子 先生

### 家庭でできるやさしい中華

6ヶ月  
6回  
コース



佐伯市の中国料理店「大鳳閣」のオーナーシェフが、身近な食材を使って、本格中華の味に近づけるコツを伝授します。

開催日時 毎月第3火曜日  
10:30-12:30  
4/21、5/19、6/16  
7/21、8/18、9/15

メニュー例  
●八宝菜  
●エビチリ  
●卵スープ

受講料 15,000円  
大分ガスとご契約のお客さま 12,000円

高村 利男 先生

### 家庭でできる 手打ち生パスタ教室

3ヶ月  
3回  
コース



大分市中央町のイタリア生パスタ専門店「ヴィアデッラキエーザ」の黒川シェフが本場イタリアで修業した味をご紹介します。経験と技術から生まれた手打ちパスタ、家庭でできるコツを学べます。

開催日時 毎月第3月曜日  
11:00-14:00  
4/20、5/18、6/15

メニュー例  
●魚介のペスカトーレ

受講料 7,500円  
大分ガスとご契約のお客さま 6,000円

黒川 明 先生

### Cedar Scent 南インドカレーLesson

お手軽  
1回  
コース



大分市府内町の南インドカレー専門店「Cedar Scent」のオーナーが、数種類のスパイスを調合して作る本格南インドカレーの魅力をお伝えします。

開催日時 6/8(月)  
11:00-13:00

メニュー例  
●南インドのチキンカレー  
●カチュンバル  
●ジャスミンライス

受講料 2,500円

杉瀬 薫 先生

### Dish Caférecipe

お手軽  
1回  
コース



大分市八幡に西大分本店がある創作オムライス店「Dish」のオーナーシェフが、ご家庭で再現できるオムライス作りのコツを丁寧にお伝えします。

開催日時 7/14(火)  
10:30-12:30

メニュー例  
●クラシックオムライス  
●簡単ハンバーグ

受講料 2,500円

江川 久 先生

### Rosemary.の美味しいお弁当の作り方 Farm to table Rosemary. 監修オザキマユミ

3ヶ月  
3回  
コース



旬の素材を活かしたLUNCH BOX。Farm to table Rosemary. 監修のオザキマユミ先生が、カラダとココロに優しいお弁当の作り方をお伝えします。

開催日時 毎月第3水曜日  
11:00-13:00  
5/20、6/17、7/15

メニュー例  
●みかんの炊きこみごはん  
●和牛コロッケ  
●れんこんアラビアータ  
●メープルとバター香る大学芋  
●ほうれん草としめじのおひたし

受講料 7,500円  
大分ガスとご契約のお客さま 6,000円

オザキ マユミ 先生

### 四季の和食

3ヶ月  
3回  
コース



別府市北浜の和食「和彩処おがみ」の店主が、四季折々の旬な食材を多彩にアレンジした料理を伝授します。

開催日時 隔月第4水曜日  
11:00-13:00  
5/27、7/22、9/30  
※9月は第5水曜日

メニュー例  
●鯛のあら炊き  
●たけのご飯  
●出汁巻き  
●みそ汁

受講料 7,500円  
大分ガスとご契約のお客さま 6,000円

大神 英之 先生

### 家庭でつくる フランスの美しいテーブル

お手軽  
1回  
コース



大分市府内町のフランス料理店「ヌーヴェル・キュイジーヌ・タカハシ」のオーナーが、家庭でも楽しめる本格フランス料理の魅力をお伝えします。

開催日時 6/24(水)  
もしくは  
8/19(水)  
どちらか1日希望日を選択してください  
10:30-13:00

メニュー例  
●海老とほうれん草のパイ包み

受講料 2,500円

高橋 準市 先生

### おひさま道 ワンデイスイーツレッスン

お手軽  
1回  
コース



別府市石垣・浜脇の焼き菓子専門店「おひさま道」のレッスンです。素朴で体に優しく、ほっこりと癒されるおいしい焼き菓子の作り方を伝授します。

開催日時 4/13(月)  
13:30-16:00

メニュー例  
●季節のクッキー  
●オレンジケーキ

受講料 2,000円

衛藤 雅代 先生

※写真・メニュー例はすべてイメージです。掲載内容は都合により変更になる場合がございます。  
※食品衛生上、作った料理のお持ち帰りはお断りしております。パン、焼き菓子、和菓子など一部お持ち帰りいただけるものもございます。