

Gas One

嵐山ガス株式会社

＼うまみたっぷり！玉ねぎとリンゴのソース特集！／

健康おうちごはん

in HAPPY STUDIO



4/1 (金)・4/20 (水) メニュー紹介



簡単

### 玉ねぎと鮭のオープン焼き

チーズの代わりにもなる！玉ねぎりんごソースをかけていただきます。

ヘルシー

### 焼きごぼうのご馳走

玉ねぎりんごのソースで焼きごぼうが食べ応え十分なご馳走に。

ヘルシー

### まいたけの豆乳スープ

まいたけの旨みと塩のみの滋味深いスープです。

玉ねぎとリンゴのソースをベースにしたお料理をご紹介します！  
玉ねぎの甘みとリンゴの酸味でフルーティーなソースです。  
根菜類・豚肉などにも合います。  
今回は、焼きごぼうと玉ねぎと鮭のオープン焼きに！(^^)



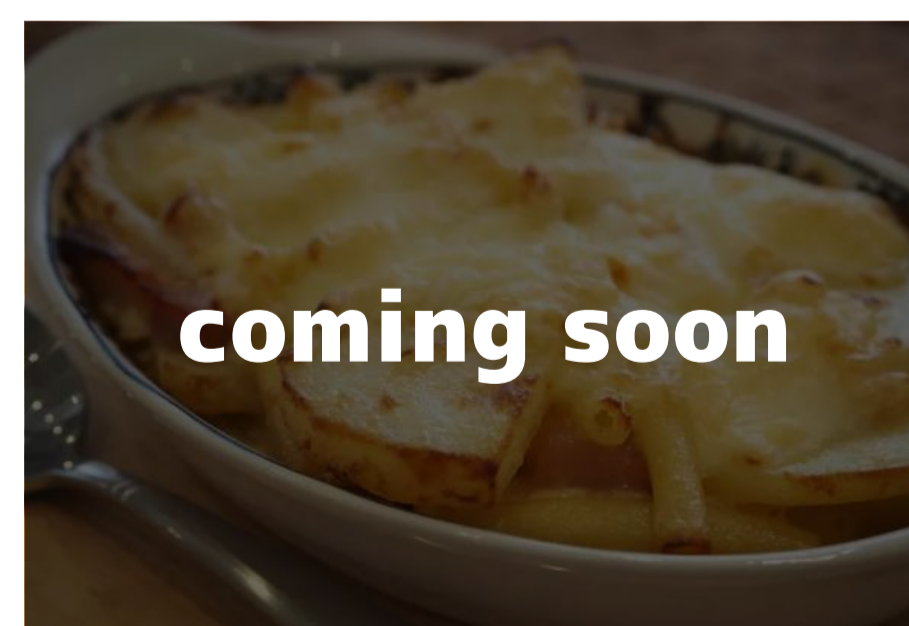
官足法指導士  
マクロビオティック料理師範  
望診法指導士プロフェッショナル  
セルフチェック望診法認定講師

講師：高橋 明子  
Akiko Takahashi

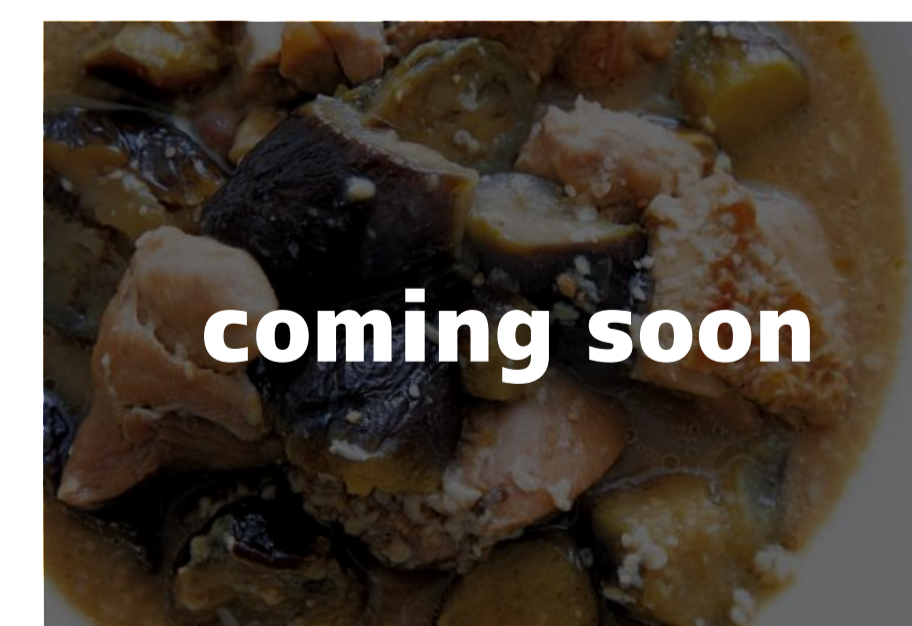


### 来月のメニュー

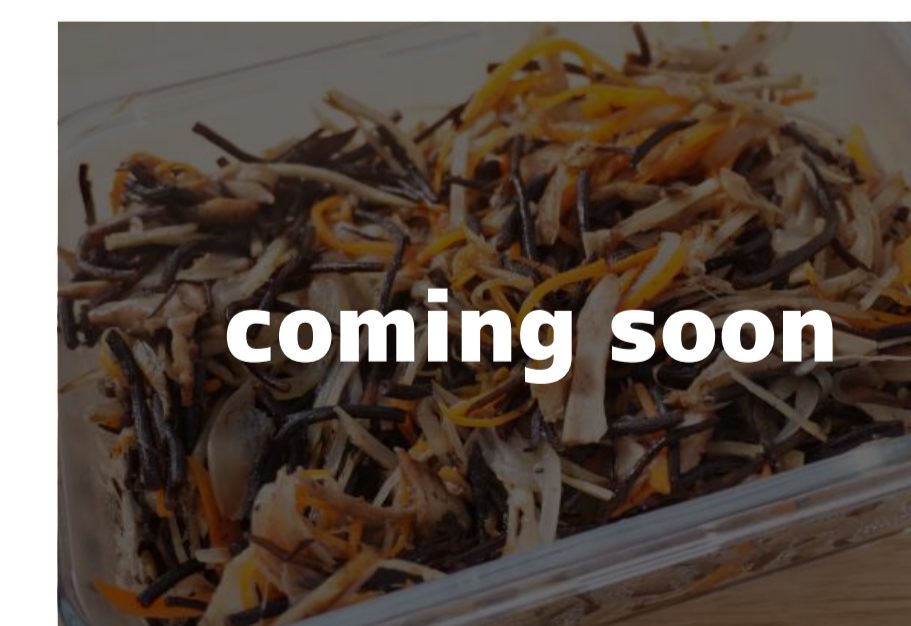
自然の優しい甘みと深い味わいの甘酒ソースを使いこなそう！



みそ風味のポテトグラタン  
甘酢ソースがけ



茄子の甘酒ソテー



きのこたっぷり  
ひじきの重ね煮

次回講義  
予約日時

次回講義の予約やお申し込み方法などは当社ホームページの「料理教室&カルチャー」をご参照ください。

嵐山ガス



2次元コードで  
ページへリンク



お問合せ | ☎ 0493-62-2100 (または0493-62-2070)  
嵐山ガス株式会社 〒355-0216 埼玉県比企郡嵐山町むさし台1-3-1

男性のみ  
OK

人数制限  
あり

他教室も  
開催中