

Gas One

嵐山ガス株式会社

7/5(金)・7/10(水)メニュー紹介

＼ さっぱり&美味しい！夏にぴったりのメニューをご紹介します！ /

健康 おうちごはん in HAPPY STUDIO



たっぷりにんじんの冷製スープ
ビタミンCも豊富

和の食材とナンプラー&レモンの
爽やかさが夏の体にピッタリ

いつものつくねが
梅肉ソースでサッパリと美味

暑い日が続くと、食欲は落ちてきてしまいがちです。
そんな時でも、「さらっ」と食べられるレシピをご紹介します。

- 豆腐のエスニックサラダ
- サッパリつくねの梅肉ソース
- にんじんガスパッチョ

メニューディレクション & 講座担当

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

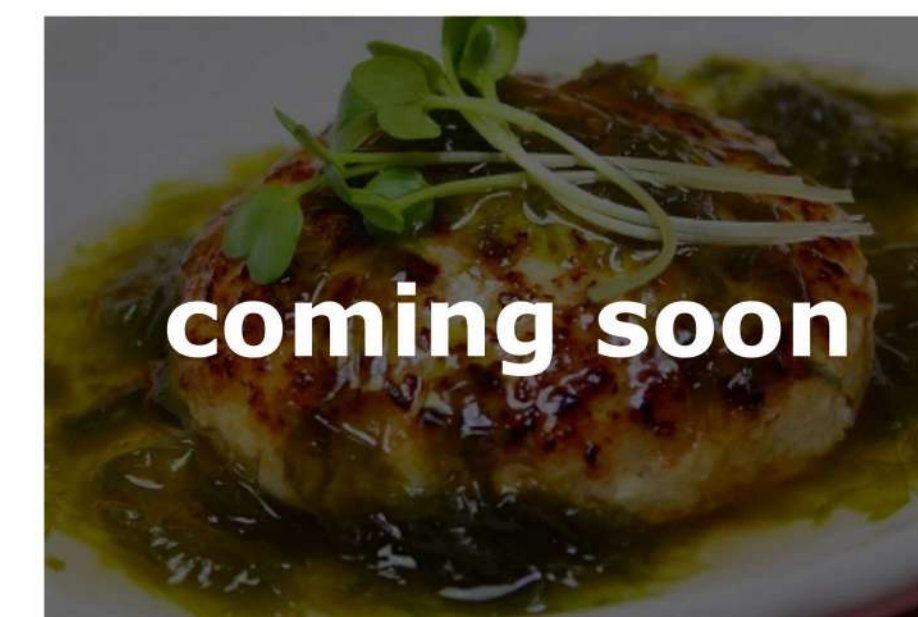
講師：高橋 明子
Akiko Takahashi

来月のメニュー

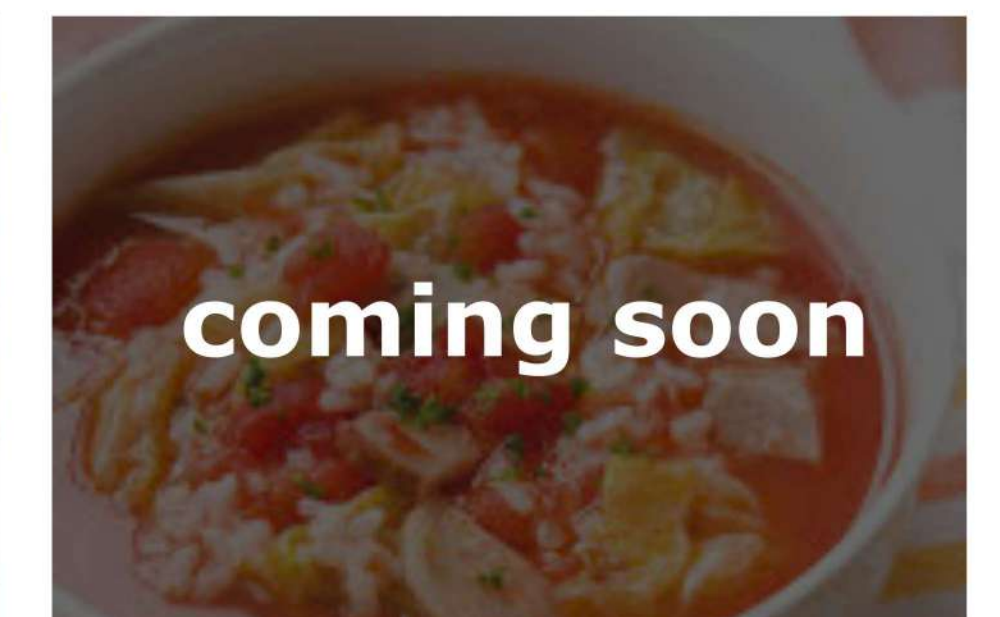
簡単・ヘルシーで経済的なメニューをご紹介します！



豆腐とクリームチーズのごちそう



豆腐バーグあおさあんかけ



あっさりトマトスープ

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

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

