

Gas One

嵐山ガス株式会社

# 健康おうちごはん

in HAPPY STUDIO



生姜ハチみつ漬けシリーズ第二弾をご紹介します！

10/4(金)・10/9(水)メニュー紹介



新鮮なアジを3枚にさばいて、丁寧に揚げました。ふわふわアジに感動！

たっぷりおろしニンジンの自然の甘さが身体に嬉しい一品です。

たっぷりごぼうに手作りドレッシングが絶妙な旨さ

先月に引き続き、生姜はちみつ漬けを使ったメニュー（第二弾）をご紹介します。自宅でも簡単に作れますので、是非ご自宅でお試してください！

- アジの梅生姜漬け
- ごぼうの三色サラダ
- おろしニンジン汁

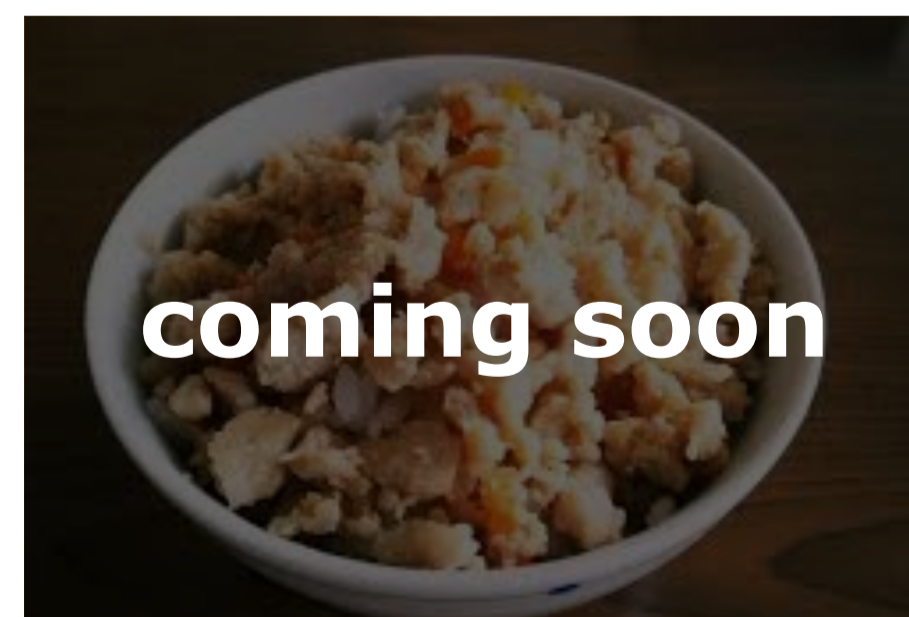
メニューディレクション & 講座担当

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

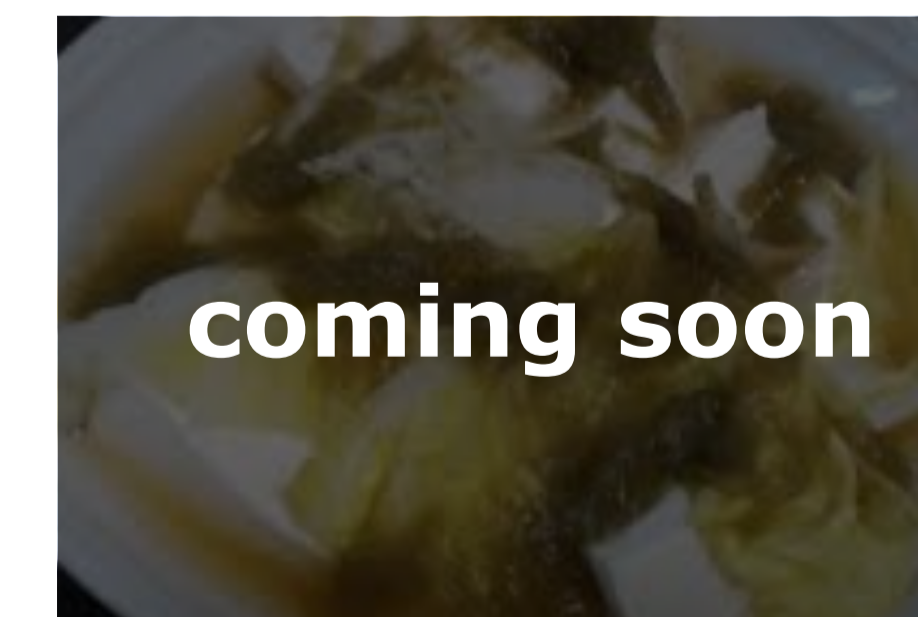
生姜の風味が食欲をそそる栄養満点なレシピをご紹介します。



生姜香る鶏丼



生姜香る白和え



白菜ととろろ昆布スープ

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

検索

2次元コードで  
ページへリンク

