

【東京ガス料理教室】時短クッキング～ラ・クチーナ・エスプレッサ～ 気軽にごちそうイタリアン

東京ガスでは2020年1月、【時短クッキング～ラ・クチーナ・エスプレッサ～「気軽にごちそうイタリアン」】を開催します。

「時短クッキング～ラ・クチーナ・エスプレッサ～」は、忙しい方にぴったりな、たった20分でおいしい4品を作る方法をご紹介します。時短調理の教室です。

今回は、コンロを上手に活用して、豪華なイタリアンを簡単に作る方法をご紹介します。手に入りやすい材料を上手に活用し、ニンニクやハーブを使って風味豊かに仕上げます。

ご参加の方には、お土産としてだし入り液状みそとアーモンドミルクをプレゼントいたします。(協賛: マルサンアイ株式会社)

【メニュー】

○ラムの香草焼き

香草をまぶしたラム肉とカブを同時調理します。

余分な脂も落ちておいしくヘルシーに。

○いわしと松の実のパスタ

パン粉や松の実、イワシ缶などを使い、シチリア風に仕上げます。

話題の水浸けパスタやフライパンの使い回しで時短に挑戦!

○ブロッコリーと豆のペペロンチーノ

冬にうれしいブロッコリーに唐辛子とニンニクを効かせた一品です。

○アーモンドミルクのビアンコ・マンジャーレ



お土産



【受講料】 3,800円(税込) ※お土産つき

【申込期間】 12月2日(月)～12月15日(日)

【問合せ先】 東京ガスコミュニケーションズ内 東京ガス料理教室事務局
TEL 03-5405-7068 (月～金 10:00～17:00、土・日・祝日休み)

開催日時・コース詳細・お申し込みはこちら <https://www.tg-cooking.jp/>