

※1/9は電話受付のみとさせていただきます。1講座につき2名様までとさせていただきます。

1/10からはHPからもイベントの受付ができます!



料理教室

2/18 (金) おやじの台所

メニュー
鶏とたまごのそぼろご飯
サワラの幽庵焼き/厚揚げと人参の煮物
大根とツナのサラダ

時間 10:00~13:00
講師 松永 啓子
参加費 2,000円
定員 12名

料理が初めての方もそうでない方も男同士でわいわいやりましょう。男も料理をする時代、お手伝いします。

2/27 (日) 味噌づくり教室

2kg お味噌 TAKE OUT

内容
味噌づくり
みそ玉のおはなし

時間 13:00~15:00
講師 山本 隆子
参加費 2,500円
定員 12名

「みそ汁一杯でもいい」発酵食で自分の身体を守る。健康にも美容にもよいお味噌。手作りしてみませんか?

3/6 (日) 「おいしさ」のヒミツ探検

無料 事前予約要

内容
親子食育教室
(味覚体験・食育のおはなし・食育ゲーム)

時間 13:30~15:00
講師 三重大学教授 磯部 由香
定員 親子8組(子どもは2名まで) 5才~小学校低学年

おいしってなんだろう? いろんな体験やゲームをして「味わう」大切さを知ろう!! 大人も一緒に楽しめて、ためになる食育教室です。

3/18 (金) 和食の料理塾

メニュー
手綱ずし/蓮根と豚肉のミルクフィユ
鶏もも肉とゆで卵のクリームグラタン
田舎まんじゅう

時間 A 10:00~12:30
B 18:30~21:00
講師 松永 啓子
参加費 2,400円
定員 各12名

和食料理の基礎知識を身につけておきたい方向けの料理教室です。今回はご自身で手綱ずしを作ります。

4/15 (金) おやじの台所

メニュー
鯛の押し寿司
玉ねぎと桜えびのかき揚げ
ひじきの煮物/えのきあんかけオムレツ

時間 10:00~13:00
講師 松永 啓子
参加費 2,000円
定員 12名

男性も自分の為や家族の為に料理を作れるよう準備を始めませんか? 男性ばかりの家庭料理の教室です。

スイーツ・パン教室

2/13 (日) バレンタインスイーツレッスン

TAKE OUT

メニュー
ザッハトルテ(12cm)

時間 10:00~13:00
講師 パティシエ 長岡 咲葵
参加費 2,600円
定員 12名

チョコレートの濃厚な味わいとアプリコットジャムの酸味が美味しい"ザッハトルテ"を作ってみませんか?

2/19 (土) 素敵なパンのある暮らし

TAKE OUT

メニュー
ルル・ドゥ・レギューム
クランベリーベーグル

時間 10:00~13:00
講師 ジャパンホームベーキングスクール教師 前川 昌枝
参加費 2,500円
定員 12名

チーズと野菜、ベーコンを巻いたお惣菜パン、ルル・ドゥ・レギュームとクランベリーがたっぷり入ったもちもち食感のベーグルをご紹介します!

3/12 (土) 素敵なパンのある暮らし

TAKE OUT

メニュー
紅茶の三つ編みパン
塩パンフラワー

時間 10:00~13:00
講師 ジャパンホームベーキングスクール教師 前川 昌枝
参加費 2,400円
定員 12名

アールグレイの香り豊かな紅茶あんを編み込んだ紅茶の三つ編みパンとバラの花のような形のリッチなテーブルロール、塩パンフラワーをご紹介します!

3/27 (日) 親子でたのしみパンづくり

TAKE OUT

メニュー
ハードショコラ
リボンパン

時間 10:30~13:00
講師 ジャパンホームベーキングスクール準師範 西口 笑子
参加費 2,200円
定員 8組16名(3才~小学生と保護者)

ビターな生地にチョコとナッツがたっぷり入ったハードショコラとカスタード風味のリボンパンを作ります。お子様と一緒に体験してみませんか?

4/2 (土) 素敵なパンのある暮らし

TAKE OUT

メニュー
ホットクロスパンズ
ヨーグルトブレッド

時間 10:00~13:00
講師 ジャパンホームベーキングスクール教師 前川 昌枝
参加費 2,200円
定員 12名

イースターで食べられる十字模様のドライフルーツがたっぷりのホットクロスパンズとヨーグルトが入ったキメ細かいふわわりとしたヨーグルトブレッドをご紹介します!

カルチャー

3/5 (土) 奥先生の寄せ植え教室

内容
初夏まで楽しめる寄せ植え
※お花はお楽しみに...

時間 13:30~15:00
講師 園芸研究家 奥 隆善
参加費 2,200円(花・鉢代込)
定員 16名

生産者ならではの植え方のポイントと、お花のよもやま話をしていただきます。

3/13 (日) 多肉植物&サボテンのBOX GARDEN

内容
箱庭教室
※写真はイメージです。

時間 10:00~12:30
講師 Yukiuro 宮田 由紀子
参加費 2,200円(花・鉢代込)
定員 16名

人気の多肉植物やサボテンを使って、個性的な自分だけの箱庭を作ってみませんか? 初心者の方でも楽しめます。

4/16 (土) 第44回 ほのほのコンサート

入場無料 予約不要

内容
サクソ、ピアノ、パーカッション
アンサンブルコンサート

時間 開場 13:30~
開演 14:00~15:00
出演 ニコ×ピン& E bmi
曲名 お楽しみに...
定員 35名

ピアノ・打楽器ユニット「ニコ×ピン」とサクソが初コラボ。元気と笑顔が友達さ! ぜひ遊びに来てください。

お申込方法
■お申し込みは中学生以上が対象となります。■空席の有無をお電話、または直接店頭でお問い合わせください。■お申し込みは先着順で、定員になり次第締め切らせていただきます。■お支払い方法は、当日店頭でのお支払いとなります。
※いずれも消費税込の価格です。

注意事項
■定員に満たない場合、フラムイベントを実施しない場合もございますのでご了承ください。■キャンセルされる場合は必ずご連絡ください。■開講日の7日前よりキャンセル料が発生します。■食材が一部変更となる可能性があります。■新型コロナウイルス感染拡大防止の為、マスクの着用・検温・手指の消毒のご協力をお願いしています。※いずれも消費税込の価格です。

上野ガスショールーム フラム
〒518-0838 三重県伊賀市上野茅町2668-1
【営業時間】10:00~18:00
【休館日】12/30(木)~1/3(月)
TEL 0595-26-6855
https://www.ueno-gas.co.jp



※新型コロナウイルス感染の状況によっては中止・延期となる場合がありますので、あらかじめご了承ください。
※今後のコロナ感染拡大状況により、料理を持ち帰りに変更する場合があります。

料理教室のアシスタント募集! 詳しくはショールームフラムまでお問い合わせください!

雑貨やさん 便利

いつも「flamme 雑貨やさん」をご利用いただきありがとうございます。
ステイホーム生活で、今まで以上にキッチンにいる時間が長くなりました。おうちLIFEを心地よく、気分が上がるエプロンに投資のときです!
お気に入りの一枚、見つけてみませんか?
是非、お立ち寄りください!!

新春初売り SALE が始まります!

※いずれも消費税込の価格です。

シンプルで飾りすぎない 大人エプロン ピュアリネン100%です。

ユニセックスに使える ワークエプロン

肩ひもがズレ落ちず、簡単に着用!

爽やか ストライプ

Thanks!

- KID's エプロンドレス (4~6才用) ¥5,720
- リネンフルエプロン (NY・BK・BE) ¥5,060
- プリントショートエプロン ¥3,740
- カフェエプロンクラフトワーク ¥3,080
- ワークポアエプロン (BK・BR) ¥3,520
- クロスオーバーエプロン (RO・MG) ¥2,640
- ダールかっぽう着 ¥3,828