

おいしいって、しあわせなこと

夏号

2025

Betterhome Journal

ベターホームの安心・安全

教室で使うお米が
変わりました

【特集】

新講習会

「かんたん美味」

日経新聞掲載レシピ

ベターホームのお料理教室



作って・食べて・楽しんで

122

練乳風味のなつかしい味わい
あいすくりん



牛乳と練乳、卵黄をよく混ぜ合わせて、
家庭で手軽に作れるレトロ感たっぷりのアイスです。
凍らせる時はときおり様子を見つつ、
フォークで混ぜながら滑らかに凍らせます。
硬くなりすぎたらフードプロセッサーなどで
攪拌するのもありますよ。



※低温脱気製法、赤い遮光パッケージ

「おいしさW技術」※で生乳本来のおいしさを実現
雪印メグミルクおいしい牛乳

材料(4人分)

卵黄……………2個
「雪印北海道練乳」……………100g
「雪印メグミルクおいしい牛乳」……………350ml
バニラオイル……………少々
さくらんぼ(缶詰)、ウエハース……………各4個

作り方

- 1 ボウルに卵黄と練乳を入れてよく混ぜ、牛乳を少しずつ加え混ぜる。
- 2 1を漉して鍋に入れ、弱火で混ぜながら沸騰するまで煮る。
- 3 バニラオイルを入れて火を止め、氷水を底に当てて冷ましてから
冷凍庫に入れ、時々フォークで混ぜながら4～5時間凍らせる。
- 4 ディッシャーで盛り付け、さくらんぼとウエハースを飾る。



2025年
5月より

ベターホームの 安心・安全



教室で使うお米が変わりました

毎日の食事に欠かせない「お米」。農家の方が丹精込めて作ったお米を大切にいただくことは、体の栄養になるだけでなく、心も豊かにしてくれます。ベターホームのお料理教室では、信頼のおける生産者の方と直接契約することで、今年の5月から、より安心安全な米を提供しています。



教室では、料理の材料として使う米、会食時に提供するごはんをすべて千葉県産「こしひかり」に変更。ツヤがあって、上品な甘味、もちもちとした食感が特徴。教室で、そのおいしさをたしかめてください！



（教室で使う米を……岩瀬ファーム） 作っているのは

千葉県大網白里市周辺の約100軒の農家と協力して米作りをしています。大網白里市は、千葉県のほぼ中央に位置する温暖な土地。関東で最も早く米の収穫が始まる「早場米」の産地としても有名な米どころです。

1 岩瀬ファームのこだわり

農薬は必要最低限に

農薬の使用は、田植え時と収穫40日前の合計2回だけ。おいしい米の素となる「土づくり」にこだわって改良を重ね、米ぬかを散布することで、化学肥料の50%削減に成功しました。

2 岩瀬ファームのこだわり

自社一括管理

岩瀬ファームでは、土づくりから精米、出荷までを一括管理。鮮度を保つため、収穫後は低温倉庫で保管し、精米も温度が上がらないようゆっくりと時間をかけます。最新設備のそろった工場です。異物探知機にかけ、袋詰めして出荷！



習ったその日から大活躍!

新 講習会

「かんたん美味」

日経新聞掲載レシピ

「かんたん美味」って?

日本経済新聞土曜版「NIKKEIプラス1」の料理コラム。ベターホームが

レシピを出し続けて25年目! 文字どおり「かんたん」で「美味」な料理を

現在も毎週紹介しています。これまでに掲載された料理は、なんと1000品以上!

身近な旬の材料をとり入れた料理は、毎日の食事作りに役立つことうけあいです。

「新聞に掲載したレシピなら、わざわざ
教室で習わなくてもいいのでは?」

そんな声が聞こえてきそうですが、新聞の限られた

スペースでは**伝えきれなかったコツ**

が習えるのは教室ならではの!

掲載当時はかんたん・手軽と思えていても、今の
便利な時代には少しおっくうに思える調理法は、

さらに手軽になるようブラッ

シュアアップしました。



過去の掲載レシピから、受講生のみなさんに
伝えたいイチオシの料理を厳選。1000以上の
中からしぼりこむのは、先生たちも
ひと苦勞。それだけに、思いの
こもった18品です。

▼次ページでは「かんたん美味」の新たな実習スタイルをご紹介します▼

かんたん美味
のお楽しみ



できあがったら、すぐに食べちゃおう!

もぐもぐタイム

おいしいものはおいしいうちに食べる、それが初の試み「もぐもぐタイム」。ベターホームのお料理教室では通常、すべての料理ができあがってから会食しますが、〈かんたん美味〉のコースでは、一部の料理はできたてをすぐに「いただきます」! つまみ食いみたいで、ワクワクしますね。

もぐもぐタイム第1弾は、6月の「サラダ巻き」。のりはパリッと、レタスはシャッキリ。巻きたてならではの食感です。このサラダ巻き、成功のカギをにぎるのはなんと「きゅうり」! コツを身につければ、あなたも巻きずしマスターになれるはず。教室で体感しにきてくださいね。

「サラダ巻き」のほか、6月の実習メニューはこちら

紅茶豚

ゆでる時間がかかりますが、手間はほぼなし! 豪華な見た目なので、おもてなしにも。



にんじんの エスニックサラダ

初夏にぴったりのさわやかな味わい。日もちするので、作りおきにも便利。



教室では、
ベトナムのサンドイッチ
「バインミー」にして会食します。



あなたも「かんたん美味」の料理を習いませんか?

〈「かんたん美味」日経新聞掲載レシピ〉は、
「コース制」「チケット制」「オンライン教室」で開催中。生活スタイルに合わせて受講できます。

コース制

CLICK

6～10月の5回分でお申込み受付中。毎回の予約が不要で、チケット制よりもお得。

チケット制

CLICK

好きな月だけを選べます。席の予約は、受講する前月の20日に受付開始。

オンライン教室

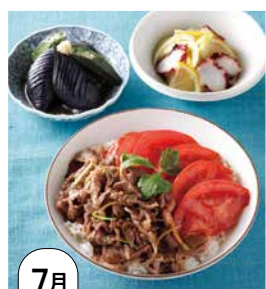
Zoomを使って自宅で受講!
6月・7月のお申込みを受付中。

6月

CLICK

7月

CLICK



7月

- ・トマト牛丼
- ・なすの含め煮
- ・たことセロリのマリネ



8月

- ・ハニーマスタードチキン
- ・ツナとトマトのワンパンパスタ
- ・ゴーヤージュース



9月

- ・名古屋風手羽先
- ・豚肉と長いもの炒めもの
- ・中華風炊きこみごはん



10月

- ・スペアリブのマーマレード煮
- ・ベビーリーフとマッシュルームのサラダ
- ・りんごのピッツァ

Betterhomeの使っているもの

● 掲載内容は2025年6月のものです ●

和紅茶

お料理教室の先生がつくった

New



ベターホームから「お料理教室の先生がつくった和紅茶」リーフタイプとティーバッグが新発売!

日本で育った茶葉で作られる和紅茶は、近年世界中からも注目が集まっています。

おいしい和紅茶で、ほっとひと息。心ほどける、やさしい時間を過ごしませんか。

華やかな香りとしっかりとしたうま味

ひと口飲んだ瞬間、華やかな香りとおふれるうま味で、心も体もリラックス。和紅茶のやさしい甘味はいかじつつ、3種の茶葉をブレンドし、単一品種では出せない香り・味わい・余韻を引き出しました。豊かな風味でコーヒー党も思わず引き込まれるおいしさです。

洋菓子だけでなく、和菓子や食事にも合う

お菓子と合わせるときは約3分間抽出してしっかりと、素材の味をいかした和食のお供には約2分間ですっきり軽やかに。食事やシーンに合わせて多彩に愉しめます。

ベターホーム×茶師十段・平岡佑太さんのオリジナルブレンド

ベターホームのお料理教室の先生たちが意見を出し合い、何度も試飲を重ねて完成しました。ブレンドを手がけたのは、静岡・平岡商店の平岡佑太さん。全国でも少数しかいないお茶の鑑定資格の最高位「茶審査技術十段(通称・茶師十段)」に認定されたお茶のエキスパートです。



茶師十段・平岡佑太さん

2025年6月
新発売

お料理教室の先生がつくった
和紅茶リーフタイプ
(50g)

CLICK



お料理教室の先生がつくった
和紅茶ティーバッグ
(3g×10個)

CLICK



同シリーズの
煎茶・ほうじ茶も
好評販売中

CLICK



CLICK

● 原材料：紅茶(静岡県産) ● 賞味期間：製造から1年 ● メーカー：静岡・平岡商店

各種、リーフタイプと
ティーバッグがあります

ベターホームのお料理教室
クッキングアトリエ
池袋

スッキリとした明るい空間

2025年4月OPEN!

「クッキングアトリエ池袋」をご紹介します!

憩いと利便性を備えた立地です

池袋駅から徒歩9分／東京メトロ有楽町線 東池袋駅から徒歩3分、サンシャインシティの真裏に位置するビルの6階に「クッキングアトリエ池袋」がオープンしました。ビルの最上階で窓が大きく、明るい日差しが降りそそぐ、あたたかな空間が自慢。ご受講前にショッピングを楽しんだり、公園でほっとひと息をついたりもできる、多角的な魅力がある地域です。

詳しくは

CLICK

ベターホームのお料理教室
クッキングアトリエ
池袋
Betterhome Cooking Atelier



ゆったりと料理を楽しめます

定員8~24名のフレキシブルな教室

可動式の実習テーブルを導入することで初の8~24名定員のフレキシブルな教室が誕生。「クッキングアトリエ」と命名しました。ゆったりと料理を楽しんでいただけるよう、実習台のレイアウトも工夫しています。白と木目を基調とした統一感のあるこだわりの内装に、充実したショップスペースも。教室のご参加はもちろん、お買物もお気軽にお越しください。お待ちしております!

6月からのコース制やチケット制での単発受講も受付中です♪

・コース制のお申込みは [こちら](#) CLICK

・チケット制のお申込みは [こちら](#) CLICK

オープニングイベントを開催しました



ピカピカのIHの
実習台で実演!



多くの方でにぎわいました

4月29日(火・祝)に開催したオープニングイベントには、「再開を心待ちにしていました」と多くの受講生の姿が。「近所のスーパーでチラシを見て来ました!」という新規の方もお越しくださいました。池袋の先生たちが今後また楽しいイベントを企画中。お楽しみに!

CLICK



「Betterhome Journal」へのご意見・ご感想をお寄せください



Betterhome School 掲示板



〈 脳活ごはん 賢く食べて頭がすえる 〉
6月のクラス受講者全員にプレゼント

とろ〜り絶品の「チーズナン」に使う「雪印北海道100 とろけるチーズ モッツァレラブレンド (120g)」ほか、全3種類のチーズをプレゼント!



CLICK



お問い合わせは本部事務局へ Tel.03-3407-0471

Betterhome Journal

2025年夏号

[発行日]	2025年6月2日
[発行]	一般財団法人ベターホーム協会
[発行人]	大塚義幸
[編集人]	永山絵子
[編集]	ベターホーム協会企画広報部
[デザイン]	豆まめデザイン室

ベターホームでは SNS やメルマガでも情報を発信しています



Instagram
@betterhome_jp



YouTube
ベターホームのお料理教室



X
betterhome_jp



Facebook
ベターホームのお料理教室



LINE
“ベターホーム”で検索



みなさまが作った料理の写真とコメントを、ぜひSNSに投稿してください。 #ベターホーム



メールマガジンは3種類

- 1 web会報誌の最新号をお知らせ「Betterhome Journal」(不定期)
- 2 教室の最新情報や通信販売のお買得情報などをお届け「ベターホーム通信」(隔週火曜日)
- 3 すぐに役立つお手軽レシピ「ベターホームのかたんレシピ」(毎週水曜日)