

「おいしさを追究できる」料理人になるために

1年間の学び方

講習・講義で
学んだ内容を
実習で総合的に
実践！

学ぶ領域	科目
調理法・調理科学	調理理論
社会・文化	食文化概論
食品・食材	食生活と健康 栄養学 食品学
衛生・安全	食品の安全と衛生
グループ・協働	グループ実習 (調理実習) 大量調理実習 (総合調理実習)
個人技能	個人実習(調理実習)

実習のステップアップ

STEP 1

STEP 2

STEP 3

西洋料理

- 牛刀・ペティナイフ・さばき包丁の砥ぎ方・使い方
- 皿、グラス、カトラリーの取り扱い
- 切り方(押し切り／引き切り／色紙切り／みじん切り／せん切り／角切り)



西洋包丁の特長や基本的な扱い方&研ぎ方を覚え、さまざまな野菜の切り方や下処理を学ぶ。

- フライパンの振り方
- バターライスの炊き方
- トマトソース、ミートソース、ニンニクオイルソースの pasta の仕上げ方
- ソース・ヴィネグレットのつくり方
- ソース・マヨネーズのつくり方
- 肉の処理・焼き方(鶏肉、豚肉、牛肉)
- オムレツ・ポーチドエッグのつくり方
- ポタージュのつくり方
- サラダの仕上げ方
- 揚げ物の温度管理・つくり方
- フルーツの処理・切り方



- 卵入り自家製パスタのつくり方・仕上げ方
- 牛肉のステーキの火通し
- 舌平目の下処理・5枚おろし
- 鶏肉のさばき方・火通し
- 調理法的应用(ムニエル・煮込み料理・ラグー)
- ソース・アングレーズ／パニラアイスクリームのつくり方
- デザート菓子のつくり方
- コース料理の提供の仕方



日本料理

- 和包丁の砥ぎ方・使い方
- 器の取り扱い・作法・配膳
- 切り方(桂むき／そぎ切り／千六本／短冊切り／いちよう切り／面取り／蛇腹切り／菊花切り)



包丁、器、だしの引き方、多様な切り方の技術を学習。日本料理の技術の基礎を徹底的に学ぶ。

- だしの引き方・ご飯の炊き方
- 丼料理／炊き込みご飯のつくり方
- 椀物のつくり方(清汁仕立／味噌仕立)
- 煮物のつくり方
- 蒸し物のつくり方
- お浸しのつくり方
- 酢の物のつくり方
- 魚の下処理・おろし方・造りの切り方・魚の焼き方
- だし巻き卵のつくり方
- 天ぷらのつくり方



- 寿司飯の炊き方・材料の下ごしらえ
- ちらし寿司のつくり方
- 棒寿司のつくり方
- 真薯のつくり方
- 鯛料理(焼き物・蒸し物・ご飯物)
- 祝儀肴と雑煮のつくり方
- お弁当のつくり方[点心(軽食)／松花堂弁当]



その他の実習



中華包丁の動かし方、材料の切り方から中国料理特有の調理法までを身につける。

【中国料理実習】

- 中国料理の概要
- 中国包丁の動かし方
- 中国鍋の振り方
- スープの種類・取り方
- 炒め物の基本技法
- 揚げ物の基本技法

【製菓実習】

- 折込パイ生地をつくり方
- 練りこみパイ生地をつくり方
- タルト菓子のつくり方
- シュー生地をつくり方
- カスタードクリームをつくり方



洋菓子(デザート)を中心にしたお菓子の種類と技法を学ぶ。

到達目標

調理師に必要な様々な知識と、西洋・日本・中国料理の技術の基本を科目横断的に習得し、実践的に身につける。