

■ フランス料理・イタリア料理・技術講座

*写真はイメージです。 *食材の入荷状況等により、内容が変更になることがあります。
*午前9時半～12時半まで講習、お昼休憩後午後より実習をおこないます。
*2018年10月スタート生の方はスクーリングを受ける時点では、まだ学習していない料理も含まれています。

3/18(月)	第1日目	3/19(火)	第2日目	3/20(水)	第3日目	3/21(木)	第4日目	3/22(金)	第5日目
イタリア料理 「イタリア料理の基礎1」		イタリア料理 「イタリア料理の基礎2」		フランス料理 「フランス料理の基礎1」		フランス料理 「フランス料理の基礎2」		フランス料理 「フランス料理の基礎3」	
<テーマ> イタリアのコース料理		<テーマ> イタリアのコース料理		<テーマ> フランスのコース料理		<テーマ> フランスのコース料理		<テーマ> フランスのコース料理	
<ul style="list-style-type: none"> 温かい前菜について (パン生地の一種を使った前菜) 野菜を使った汁物料理の作り方 子牛の下処理と調理法(ソテ) イタリアのデザート(ドルチェ) イタリアの食事パン 		<ul style="list-style-type: none"> 冷たい前菜について (子牛を使った前菜) 基本のリゾットの作り方 すずきの下処理と調理法(ソテ) イタリアのデザート(ドルチェ) イタリアの食事パン 		<ul style="list-style-type: none"> パイ生地を使った温かい前菜 フォワ・グラ えいの下処理と調理法(ポシェ) 子牛の下処理と調理法(ポワレ) 		<ul style="list-style-type: none"> サバイヨンを使った魚介類のグラタン 舌平目の下処理と調理法(ムニエル) 鶏の下処理と調理法(ロースト) 		<ul style="list-style-type: none"> フランス風の茶碗蒸し(ロワイアル) 魚のムースの作り方と調理法 煮込みに適した牛肉の部位について 基本の赤ワイン煮込み料理 	
<実習>		<実習>		<実習>		<実習>		<実習>	
<ul style="list-style-type: none"> ロマーニャ風ピアディーナ アスパラガスのクリーム・スープ パッサテッリ添え 子羊のローマ風 ココア風味のプリン フォカッチャ 		<ul style="list-style-type: none"> 子牛のロースト ツナ・ソース 野菜のリゾット すずきのソテー ズッキーニ添え ティラミス グリッシーニ 		<ul style="list-style-type: none"> フォワ・グラ入りブティ・バテ、ソース・ポルト えいのポシェ、香草のサラダ添え 子牛コートのポワレ、きのこ添え 		<ul style="list-style-type: none"> 帆立貝のグラタン、シャンパン風味 舌平目のムニエル、グルノーブル風 若鶏のロースト 		<ul style="list-style-type: none"> シャンピニヨンのロワイアル、フォワ・グラのボシェ添え 海の幸のソーセージ風 牛肉の煮込み、ブルゴーニュ風 	
	アスパラガスのクリームスープ		すずきのソテー、ズッキーニ添え		えいのポシェ、香草のサラダ添え		舌平目のムニエル、グルノーブル風		牛肉の煮込み、ブルゴーニュ風

■ 日本料理技術講座

*写真はイメージです。 *食材の入荷状況等により、内容が変更になることがあります。
*3月18日(月)は実習のみの開催です。 *午前9時半～12時半まで講習、お昼休憩後午後より実習をおこないます。
*2018年10月スタート生の方はスクーリングを受ける時点では、まだ学習していない料理も含まれています。

3/18(月)	第1日目	3/19(火)	第2日目	3/20(水)	第3日目	3/21(木)	第4日目	3/22(金)	第5日目
テーマ 「日本料理の基礎」		テーマ 「鯛を使って」		テーマ 「伊勢海老を使って」		テーマ 「さわら、飯蛸を使って」		テーマ 「鰯を使って」	
<実習> ※講習は行いません		<講習> 献立		<講習> 献立		<講習> 献立		<講習> 献立	
①基礎の包丁技術を学ぶ <ul style="list-style-type: none"> 野菜の刻み方 (薄刃包丁の使い方) 魚のおろし方と鱗を使って (出刃包丁の使い方) ②だし汁の引き方を学ぶ <ul style="list-style-type: none"> 一番だしの引き方 		造り <ul style="list-style-type: none"> 平造り、そぎ造り 煮物 <ul style="list-style-type: none"> 鯛あら煮 ご飯物 <ul style="list-style-type: none"> 鯛茶漬け 		練り物 <ul style="list-style-type: none"> 胡麻豆腐 焼き物 <ul style="list-style-type: none"> 伊勢海老海胆焼き ご飯物 <ul style="list-style-type: none"> 加葉ご飯 		和え物 <ul style="list-style-type: none"> 筍木の芽和え 焼き物 <ul style="list-style-type: none"> さわら幽庵焼き 煮物 <ul style="list-style-type: none"> 炊き合わせ ご飯物 <ul style="list-style-type: none"> 飯蛸桃煮 筍蕗(ふき) 		造り <ul style="list-style-type: none"> 鰯の薄造り 揚げ物 <ul style="list-style-type: none"> 変わり揚げ 煮物 <ul style="list-style-type: none"> 車海老おかき揚げ ご飯物 <ul style="list-style-type: none"> 筍ご飯 	
<実習> 献立		<実習> 講習内容に準ずる		<実習> 講習内容に準ずる		<実習> 講習内容に準ずる		<実習> 講習内容に準ずる	
焼き物 <ul style="list-style-type: none"> 鰯塩焼き 煮物 <ul style="list-style-type: none"> 野菜の炒め煮 椀物 <ul style="list-style-type: none"> 鰯のつみれ汁 ご飯物 <ul style="list-style-type: none"> 白ご飯 		実習のテーマ <ul style="list-style-type: none"> 鯛の水洗い 鯛の三枚おろし 平造り、そぎ造りの切り方 あら煮の焼き方 茶漬けの作り方 		実習のテーマ <ul style="list-style-type: none"> 伊勢海老の下処理 野菜の切り方(短冊切り) 練り物の作り方 加葉ご飯の焼き方 		<ul style="list-style-type: none"> 胡麻豆腐の練り方と薄刃包丁の使い方 (野菜の切り方)、羽釜での焼き方を学びましょう。 		実習のテーマ <ul style="list-style-type: none"> 平串の打ち方 筍、蕗の下処理 紋甲烏賊(もんこういか)、飯蛸の下処理 すし飯の作り方 	
<実習のテーマ> <ul style="list-style-type: none"> 一番だしの引き方 野菜の下処理 煮物の基礎 魚の三枚おろし 串の打ち方 ご飯の炊き方 		<ul style="list-style-type: none"> 柳刃包丁の使い方(造りの切り方)、煮物の基礎を学びましょう。 *鯛1尾を扱います。 				<ul style="list-style-type: none"> 春野菜(筍、蕗)の下処理、焼き物の基礎を学びましょう。 さわら、紋甲烏賊、飯蛸、筍、蕗の下処理をします。 		実習のテーマ <ul style="list-style-type: none"> 鰯の五枚おろし 薄造り 揚げ物の揚げ方 	
* まず料理の基礎を学びましょう。基礎を確実に抑えることが、成長の近道です。									

中国料理技術講座

*写真はイメージです。 *食材の入荷状況等により、内容が変更になることがあります。
*2018年10月スタート生の方はスクーリングを受ける時点では、まだ学習していない料理も含まれています。

3/18(月)

第1日目

テーマ 「北京料理」

<講習・実習>

- 糖醋排骨 (豚スペアリブの黒酢風味)
- 芥末三鮮 (三種材料のマスタード風味和え)
- 荒爆猪肚 (豚ガツと香菜の強火炒め)
- 鍋煽鮮魚 (鮮魚の山東風煮込み)
- 干煩大蝦 (エビの北京風煮込み)
- 炸醬麵 (ジャージャン麵)
- 三不粘 (北京式カステード炒め)
- 香片茶 (ジャスミン茶)



炸醬麵

<実習・学習のポイント>

- 北京料理の特徴
- 一根麵の作り方
- とろみのつけ方
- 鍋の扱い方

3/19(火)

第2日目

テーマ 「上海料理」

<講習・実習>

- 蘿蔔海蜇頭 (クラゲと大根の和えもの)
- 冬菇燂肉 (干し椎茸と揚げ麺の香料煮)
- 蟹肉獅子頭 (肉団子の上海蟹あんかけ)
- 富貴鶏 (若鶏の泥包み焼き)
- 雪菜干絲 (押し豆腐と雪菜のスープ仕立て)
- 冰皮雪媚娘 (マンゴー餡入り大福)
- 龍井茶 (ロンジン茶)



蟹肉獅子頭

<実習・学習のポイント>

- 上海料理の特徴
- クラゲの戻し方
- 肉団子の作り方

3/20(水)

第3日目

テーマ 「四川料理」

<講習・実習>

- 口水鶏 (よだれ鶏)
- 酸菜魚 (鮮魚の酸辣湯)
- 麻辣炒羊排 (仔羊ロースの山椒風味炒め)
- 麻婆豆腐 (マーボートウフ)
- 叙府燃麵 (叙府の温かい和えそば)
- 紅苕涼粉 (四川風くずひき)
- 凍頂烏龍茶 (台湾ウーロン茶)



麻辣炒羊排

<実習・学習のポイント>

- 四川料理の特徴
- 仔羊肉の処理
- 調味料 (豆瓣醤、花椒) の扱い方

3/21(木)

第4日目

テーマ 「広東料理」

<講習・実習>

- 脆皮鮮奶 (ミルクのサクサク揚げ)
- 椒鹽公魚 (ワカサギの香り炒め)
- 西汁煎牛柳 (中国式ステーキ)
- 宮廷酸辣湯 (広東風サンラータン)
- 蝦醬帶子炒麵 (ホタテ入り焼きそば蝦醤風味)
- 芝士凍豆漿 (チーズ味の豆乳プリン)
- 武夷岩茶 (ウーロン茶)



宮廷酸辣湯

<実習・学習のポイント>

- 広東料理の特徴
- 鮮奶の作り方
- 炒麵について

3/22(金)

第5日目

テーマ 「点心」

<講習・実習>

- XO 醬蒸鰻魚 (ウナギの XO 醬香味蒸し)
- 栗子豬肉粽 (栗と豚肉のちまき)
- 鮮蝦鷄冠餃 (エビ餡入りトサカ型蒸し餃子)
- 小籠包 (スープ入りパオツ)
- 酥皮鷄蛋撻 (エッグタルト)
- 木瓜酸梅凍 (パパイヤと酸梅のゼリー寄せ)
- 普洱茶 (ブーアル茶)



小籠包

<実習・学習のポイント>

- 基礎技術の習得
- パオズ生地の伸ばし方、包み方
- チマキの包み方

洋菓子技術講座

*写真はイメージです。 *午前の講習は9:30より、講習終了後11:00頃より午後実習のための仕込みを行います。 *昼食として軽食を準備しています。 *2018年10月スタート生の方はスクーリングを受ける時点では、まだ学習していないお菓子も含まれています。 *実習で出来上がったお菓子は持ち帰りとなります。 *3月20日(水)は工程の都合上、講習はありません。

3/18(月)

第1日目

<講習>

- トリュフ
- マンディヤン
- オランジェット

<実習>

- チョコレートのテンパリング
- トリュフ作成
- マンディヤン作成

◆チョコレートの温度調整、基本操作、扱い方、製品までの作業を学びます。



3/19(火)

第2日目

<講習>

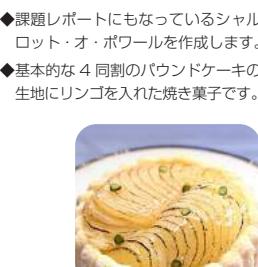
- シャルロット・オ・ポワール (バータ・ビスキュイ) (クレム・アングレーズ) (バヴァロワ)
- アルトドイッチャー・アプフェルクーヘン (サントマッセ)

<実習>

- シャルロット・オ・ポワール作成
- アルトドイッチャー・アプフェルクーヘン作成

◆課題レポートにもなっているシャルロット・オ・ポワールを作成します。

◆基本的な4回割のバウンドケーキの生地にリンゴを入れた焼き菓子です。



3/20(水)

第3日目

<講習>

※講習はありません。

<実習>

- デコレーションの練習 (ナベ、絞り出し)

<実習>

- クッキー4種 (ドレッセ・バニユ) (ドレッセ・ショコラ) (ディヤマン・オ・ザマンド) (ディヤマン・オ・カフェ)

◆毎回好評のナベと絞りの練習に焦点をあて、デコレーションのテクニックを習得します。姿勢や器具の使い方、力加減などポイントを押さえて学びます。

◆絞りの練習の成果を生かして、形のそろったクッキーを作りましょう。



3/21(木)

第4日目

<講習>

- ザッハトルテ (ザッハマッセ) (ザッハグラスール)
- ヴァニレキプファルン

<実習>

- ザッハトルテ作成

- ヴァニレキプファルン作成

◆この日はウイーン菓子について学びます。チョコレートとアブリコット風味のザッハトルテは、シンプルですが味わい深く、ウイーン菓子を代表するケーキです。

◆バニラ風味豊かなテーゲベック (クッキー) です。ほろほろとした食感と三日月形が特徴です。



3/22(金)

第5日目

<講習>

- フレジエ (バータ・ジェノワーズ) (クレム・バティシエール) (バータ・ボンブ) (クレム・オ・ブル) (クレム・ムスリース)

<実習>

- フレジエ作成

◆基本生地とクリームの組み合わせで春のフランス菓子を代表するフレジエを作成します。表面にマジパンをかぶせ、たっぷりと詰めた苺の断面を見せるのが特徴です。



製パン技術講座

*写真はイメージです。 *3/18(月)と3/21(木)は講習のみの開催です。 *途中、お昼休みをはさみます。 *昼食として軽食を準備しています。 *2018年10月スタート生の方はスクーリングを受ける時点では、まだ学習していないパンも含まれています。 *製法を書いていない製品は、ストレート法で作ります。 *実習で出来上がったパンは持ち帰りとなります。

3/18(月)

第1日目

<講習>

- 菓子パン** (発酵種法: 中種)
 - ・あんパン・クリームパン
 - ・メロンパン・クッキーパン
 - ・チョココルネ

●**山食パン**

スタンダードな食パン

●**パン・トラディショナル**

伝統的なフランスパン

●**テーブルロール**

ソフトな食事用の小型パン

◆講習で出来上がったパンは試食か持ち帰りとなります。



3/19(火)

第2日目

<実習>

- テーブルロール**
ソフトな食事用の小型パン
- パン・ド・ミ**
フランスの角食パン
- パン・トラディショナル(手ごね)**
伝統的なフランスパン

◆パン・トラディショナル以外は機械仕込みで作業を行います。



3/20(水)

第3日目

<実習>

- 菓子パン** (発酵種法: 中種)
 - ・あんパン・メロンパン
- 山食パン**
スタンダードな食パン
- パン・トラディショナル**
(発酵種法: ポーリッシュ)
伝統的なフランスパン

◆機械仕込みで作業を行います。



3/21(木)

第4日目

<講習>

- クロワッサン**
生地にバターを折り込んだパン
- パン・オ・ショコラ**
クロワッサン生地でチョコレートを巻いたパン
- ふどうパン** (発酵種法: 中種)
レーズンの入った食パン
- パン・ド・セーグル・オ・ノア・エ・レザン**
(発酵種法: ルヴァン・ミクスト)
クルミとレーズンの入ったライ麦入りのパン
- パン・ド・カンパニユ**
(発酵種法: ルヴァン・ミクスト)
フランスの田舎風パン

◆講習で出来上がったパンは試食か持ち帰りとなります。



3/22(金)

第5日目

<実習>

- クロワッサン**
生地にバターを折り込んだパン
- パン・オ・ショコラ**
クロワッサン生地でチョコレートを巻いたパン
- ふどうパン** (発酵種法: 中種)
レーズンの入った食パン
- パン・ド・セーグル・オ・ノア・エ・レザン**
(発酵種法: ルヴァン・ミクスト)
クルミとレーズンの入ったライ麦入りのパン

◆機械仕込みで作業を行います。



和菓子技術講座

*写真はイメージです。 *講習内容は教科書記載のお菓子とは多少異なります。

*講習授業の流れは多少前後する場合があります。 *すべてのお菓子に簡単な試食をご用意しています。

*昼食として軽食を準備しています。 *講習のみの開催です

3/20(水)

<講習授業> ※実習は行いません

[餡の焼き方]

●小豆粒餡

丹波大納言を使い、風味良く。和菓子作りの基本柱となる餡の焼き方を学びます。



[和風デザート]

●茶の香

抹茶風味の浮島で小豆粒餡を挟みます。和三盆糖入りの生クリームを添えて。



[餅菓子]

●いちご大福

求肥生地の中に卵白を加えた雪平生地を使い、黄味餡でいちごを包みます。



[オープン焼き菓子]

●アーモンド饅頭

乳製品で風味よく、アーモンドで香ばしさと食感の変化をつけて仕上げます。



[焼き菓子]

●どら焼き

平鍋の基本の菓子。火加減、生地のあんぱいが大切。生地をきめ細かくふんわり焼き上げて小豆粒餡をサンドして仕上げます。



[上生菓子]

●練切

茶席菓子の代表。花鳥風月に題材を取り、木型で模様をつけます。

