

2020年 30期 メニュープログラム（※8月～12月）

<スタンダードクラス> 全5回

【①日曜日 昼クラス】

8/16 9/13 10/18 11/15 12/13

【②火曜日 昼クラス】

8/18 9/15 10/20 11/17 12/15

◆時間：  
昼クラス 11時～スタート

◆下記メニューにワインと珈琲、  
または紅茶がつきます。

料理3品の場合は食後のお飲み物と共に  
干菓子をお出しいたします。

第1回目 (スペイン料理・イタリア料理)

- ・スペイン代表料理、スープの作り方を知る
- ・乾麺ロングパスタの扱いに慣れる、茹で湯の塩の適量を知る
- ・鰯の背開きを学ぶ

濃縮トマトのガスパッチョ / いんげんとじゃがいものジェノベーゼソース  
(乾麺：ロング) / 真鰯の香草パン粉焼きトマト風味

第2回目 (フランス料理)

- ・冷製スープの作り方の基本をマスターする
- ・サフランライス炊き方を知る
- ・クランブルの基本を学ぶ
- ・フランス南部「セート」の代表料理を知り、自宅で作りやすい一品をマスターする

ヴィシソワーズ、シェリーの香り / イカの煮込み魚介の南仏風、サフランライス添え/  
フロマーージュブラン風ブルーベリーソース、クランブルと共に

第3回目 (イタリア料理)

- ・ブルスケッタの基本をマスターする
- ・リゾットの基本をマスターする
- ・伝統的なイタリアのトマト煮込み料理を知る

トマトとモッツァレラのブルスケッタ、きのこヴィネガー風味のブルスケッタ/  
パルミジャーノレッジャーノのリゾット / 若鶏の煮込み猟師風

第4回目 (フランス料理)

- ・ポーチドエッグをマスターする
- ・マヨネーズを復習する
- ・簡単赤ワインソースの作り方を知る

ポーチドエッグ トマトの野菜煮込み添え / 豚ロースのプルーン赤ワインソース /  
オレンジ風味のプリン

第5回目 (フランス料理・イタリア料理)

- ・作り置きできるお惣菜をマスターする
- ・手打ちパスタを学ぶ
- ・ソフリットを学ぶ
- ・煮込み料理の基本を知る

キャロットラペオレンジ風味 / フェットチーネのパパリーナ (手打麺：ロング) /  
牛もも肉とポテトのトマト煮

- 天候、仕入れによって内容が変更することがございます。
- ※30期は8月から12月の間で5回のレッスン開催となります。