

2020年 30期 メニュープログラム（※8月～12月）

<フランス料理マスタークラス>

【①土曜日 昼クラス】	8/1	9/5	10/3	11/14	12/19
【②土曜日 夜クラス】	8/1	9/5	10/3	11/14	12/19
【③日曜日 昼クラス】	8/2	9/6	10/11	11/8	11/29
【④火曜日 昼クラス】	8/4	9/1	10/6	11/10	12/1
【⑤水曜日 昼クラス】	8/5	9/2	10/7	11/11	12/2

◆時間：
昼クラス 11時～スタート
夜クラス 18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物と共に、干菓子をお出しいたします。

■天候、仕入れによって内容が変更することがございます

第1回目

- ・ スープの応用として冷製を学ぶ
- ・ アーティチョークの下処理の仕方を習得する
- ・ 三枚おろしを学ぶ
- ・ 新しいテイストのソースを知る

焼きとうもろこしの冷製スープ、コンソメジュレ添え/
アーティチョークと鶏むね肉の夏野菜サラダ/ いさきのムニエル、チミチュリソース

第2回目

- ・ 色彩を意識して調理する
- ・ パイナップルの肉を分解酵素について学ぶ
- ・ フランス定番クラフティで季節を意識する

緑豆とキヌアのサラダ、茶豆ソースで / 豚ロース肉のエキゾチック、パイナップル
ソースで/ いちじくのアーモンドクラフティ

第3回目

- ・ グルヌイユ（食用蛙）の扱いを知る
- ・ 牛肉についての知識を増やす
- ・ 市販クッキーをベースにした簡単デザートの作り方を学ぶ

グルヌイユのムニエル、にんにくバター風味/ グラスフェットビーフ、黒にんにくソースで/
クリームチーズケーキ、ミントリキュール添え

第4回目

- ・ フランスの地域と食材について学ぶ
- ・ オイルの知識を増やす
- ・ はじめての食材（あんこう）の調理法を知る
- ・ パートフィロの扱いに慣れる

フランス産ル・ピュイ産レンズ豆と砂肝のケールサラダ、アルガンオイル風味/
あんこうのテール、ターメリックソース、まこも茸とワイルドライス添え/
フランス産マロンのパートフィロ包み

第5回目

- ・ ファラフェルの作り方を学ぶ
- ・ フランス代表料理を学ぶ
- ・ 新しい食材（パースニップ）の扱いを知る
- ・ 卵白を使ったデザートアレンジを増やす

ファラフェルのクロケット/ コック・オ・ヴァン、パースニップのピューレと共に/
エンゼルケーキ、フランポワーズソースで

■※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。