

2022年 33期 メニュープログラム (1月~5月)

<フランス料理マスタークラス>

【土曜クラス】

①1/8 ②2/5 ③3/5 ④4/9 ⑤5/7

【日曜クラス】

①1/9 ②2/6 ③3/6 ④4/3 ⑤5/8

【火曜クラス】

①1/11 ②2/1 ③3/1 ④4/5 ⑤5/10

【水曜クラス】

①1/12 ②2/2 ③3/2 ④4/6 ⑤5/11

◆時 間：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物と共に、干菓子をお出しいたします。

第1回

- ・カルチェ切りの復習をする
- ・フランス料理王道の赤身肉の火入れを習得する
- ・ジュニパーベリーとジビエ（鹿肉）の相性を知る
- ・ジュリエンの復習をする
- ・定番ジャガイモのガルニを復習する
- ・揚げ物の温度帯について習得する

甘海老とグレープフルーツのカクテル、ディルの香り / 蝦夷鹿ロースのロースト、赤ワインソース、
ポムアネット添え / りんごのベーニエ、カトルエピスで

第2回

- ・変わりサラダを勉強する
- ・塩の脱水効果について知る
- ・リヨン料理クネルについて学ぶ
- ・クネル技術をマスターする
- ・アメリカンソースの作り方を習得する

生ポテトサラダ / 芽キャベツのラルドンソテー /
白身魚のクネル、オマール海老のアメリカンソース仕立て

第3回

- ・サヨリの取り扱いを知る
- ・肉包みポーピエット料理について学ぶ
- ・簡単オープン料理を覚える
- ・マキベリーの効能について知る

サヨリのハーブ巻き / 豚肉のポーピエット、スペルト小麦添え /
マキベリーのココナツフルーツヨーグルト

第4回

- ・キャットフィッシュについて知る
- ・パロティエヌを習得する
- ・ヘルシーな蒸し焼き料理を知り、日常に生かす
- ・オイルソース（塩とオイルの関係）を学ぶ
- ・フルターニュの定番菓子のアレンジを知る

キャットフィッシュのスパイス フリット / 春キャベツの若鶏パロティエヌ、紫蘇ソース /
杏のファーブルトン

第5回

- ・南フランス料理を復習する
- ・スライサーの扱いに慣れる
- ・サーモンの扱いを復習する
- ・オゼイユの特性を知る

バイエルディのプチパイ / ホワイトアスパラガスとグリーンアスパラガスのサラダ、セサミソース
/ サーモンのポワレ、オゼイユソース

■天候、仕入れによって内容が変更することがございます