料理教室【Le Macaron YUKA.】

2027 年　43 期

メニュープログラム（2 月〜5 月）｜ベーシッククラス　全 4 回

LESSON SCHEDULE

全 4 回の日程

第 1 回　2/6（土）
第 2 回　3/6（土）
第 3 回　4/17（土）
第 4 回　5/8（土）

BASIC SKILLS

・調理前の準備（安全と衛生）／キッチンの使い方
・塩・調味料・火加減について
・包丁の扱い方と基本姿勢
・料理が上達するためのポイント

01　SESSION

MENU

・**ポタージュ・クレシー（にんじんのポタージュ）、オレンジ風味クルトン添え**
・**アトランティックサーモンのムニエル、トマトと玉ねぎの辛味ソース バジル風味**

LEARNING POINTS

・料理を上達するためのポイント　・塩の扱い方（種類・入れ方）　・フライパンの振り方（クルトンより）
・包丁の基本：押し切り・引き切り、にんじんの切り方　・ポタージュの基本／玉ねぎのみじん切り
・フライパンで焼くときの約束　・生物の扱い方／魚のムニエル／トマトの切り方／SUER

02　SESSION

MENU

・**ミモザサラダ（ゆで卵、アスパラガス、じゃがいも、グリーンサラダ）**
・**鶏もも肉とマッシュルームのクリーミーチーズグラタン**

LEARNING POINTS

・卵の凝固とゆで卵の火入れ時間　・SUER の復習　・パスタを茹でる基本と塩の量　・ベシャメルソース
・グリーンサラダの基礎、葉野菜とソースの扱い　・鶏もも肉の扱い／ソース・ヴィネグレット
・根菜を茹でる際の塩加減・火入れ／アスパラガスの下処理

03　SESSION

MENU

・**ニューイングランド風クラムチャウダー**
・**本格オムレツ、トマトソースを添えて**

LEARNING POINTS

・卵の扱いとオムレツ作り（マンツーマンレッスン）　・あさりの下処理　・ルーの応用／玉ねぎのみじん切りの復習
・トマトソースの下処理　・SUER・ROUX の復習／野菜の 1cm 角カット
・乳製品の加熱／サルサ・ディ・ポモドーロ

04　SESSION

MENU

・**マセドワンヌサラダ（人参、カブ、じゃがいも、グリンピース、いんげん他）**
・**本格ハンバーグステーキ ビストロ風（ブロッコリー、粉吹き芋、人参グラッセ）**

LEARNING POINTS

・乳化／ソース・マヨネーズ　・緑色野菜の茹で方　・野菜の 1cm 角カットと茹で方・特徴
・粉吹き芋／玉ねぎのみじん切りの復習
・肉の焼き方／人参のグラッセ　・バターモンテ／ソースの濃度

※天候、仕入れによって内容が変更することがございます。