

# 家庭料理講座予定表

2006年 渋谷教室

1月

月	火	水	木	金	土	日
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31	2/1	2/2	2/3	2/4	2/5

2月

月	火	水	木	金	土	日
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	3/1	3/2	3/3	3/4	3/5

3月

月	火	水	木	金	土	日
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	4/1	4/2

4月

月	火	水	木	金	土	日
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

**野菜って美味しいね**

まめまめ白カレー・玄米ご飯  
里芋のピューレ・フロッキー明太子  
焼きゴボウとセロリのベジ豆乳スープ  
栗ようかん入り贅沢蒸しパン

**ごはんが進むおかず**

梅しそ豚カツ  
鶏肉とカシュナツのピリ辛炒め  
春菊とお刺身のサラダ  
ブルーベリーパフェ

**寒さを吹っ飛ばせ！！**

カレー南蛮～こんがり焼き葱のせ～  
カキのクラムチャウダー  
簡単！おじゃがのジェノベーゼ  
魚介の香味蒸し・黒豆黒酢ソース  
ホットチョコレート

**体内美人を目指そう**

豚トロ・ねばねば古代米丼  
体に良いレパニラ炒め  
ハーブと豆・パスタの梅肉サラダ  
苺とキウイのヨーグルトケーキ

**我が家のチャイニーズ**

軟骨コリコリ大麦ピビンバ・Chinese  
マーボー海老はるさめ  
イカ天のサクサク香味炒め  
マンゴーカスタードプリン

**STYLISH DELI LUNCH**

フィッシュ&チップス・イングランド  
ふわふわ卵の海老味噌ホワイトブチ井  
色々ベジタブル田楽  
やっぱりこれだね！まるまる毎大福

**お家で和食**

お稲荷さん  
田村さんちの鶏肉竜田揚げ  
海老とアスパラのちょこっと白和え  
具だくさんけんちん汁  
桜の塩漬入りパニライイス

**ひっぱりだこの定番ごはん**

チキン南蛮  
鱈の蒲焼き（各自鰯をさばきます）  
お手軽サラダ手巻き寿司  
バナナオレンジマフィン

**Cafe アジアンプレート**

ナシゴレン&生春巻き  
サテ風・ジンギスカンサラダ  
枝豆と里芋のボールころっけ  
ベジ・ハーブ・フルーツアペリティフ

**野菜が主役**

三つ葉どっさり・梅干し昆布のおこわ  
素揚げ野菜の干しエビソース  
筍の網焼きハチミツ味噌  
車軸と野菜のフォ～！  
ほうれん草のパウンドケーキ

**フレンチな気分で**

魚と彩々野菜のフリット  
プロヴァンスソース  
サワークリームふんわりオムレット  
滑らかあったかピシソワーズ  
ぱりっつとクレープ・ラムパニライイス

**やっぱり和食かな**

豚肉の生姜焼き  
手まり寿司  
タラコポテトサラダ  
蟹のかき玉汁  
梅酒ゼリー

**毎日の家庭料理**

ポトフ  
青菜と長芋とササミサラダ  
ほうれん草の黒胡麻和え  
黒米ごはん  
食材の保存・取り扱いの説明

**毎日の家庭料理**

鮭親子のあつあつ鉄鍋ご飯  
しゃきしゃきサラダ  
海老団子のスープ  
デザート  
食材の保存・取り扱いの説明

**毎日の家庭料理**

秋刀魚ごはん  
焼き肉屋さんのサラダ  
焼き茄子  
さらさらスープカレー  
食材の保存・取り扱いの説明

**毎日の家庭料理**

定番コロッケ  
カレー？の出し巻き卵  
里っ子とイカの静岡煮  
母の牛乳寒天  
食材の保存・取り扱いの説明

	10 30	14 00	15 00	18 00	19 00	19 30
月						
火				開講		開講
水	開講				開講	
木	開講			開講		開講
金	開講				開講	
土	開講		開講			
日/祭日	開講	開講				

**毎日の家庭料理 開講日**

第2週目 第3週目  
火/休曜日 19時半～  
水/金曜日 19時～  
土曜日 10時半～、15時～  
日曜/祭日 10時半～、14時～

# おもてなし料理講座予定表

1月

月	火	水	木	金	土	日
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31	2/1	2/2	2/3	2/4	2/5

2月

月	火	水	木	金	土	日
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	3/1	3/2	3/3	3/4	3/5

3月

月	火	水	木	金	土	日
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	4/1	4/2

4月

月	火	水	木	金	土	日
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

**チャイニーズでおもてなし**

小籠包、焼売を手作りします。  
小籠包  
焼売  
海老のチリソース  
高級海鮮あんかけチャーハン  
杏仁豆腐  
ドリンク

**手作りパスタでおもてなし**

パスタマシンで各自手作りします。  
海老と蟹のトマトクリームパスタ  
リコッタとほうれん草の手作りラビオリ  
フレッシュハーブと魚介類のマリネ  
ティラミス  
ワイン&ドリンク

**魚介をさばいておもてなし**

各自で魚・ヤリイカを下処理します。  
トロサーモンの生ハム巻き・ワインソース  
ヤリイカ・大根の煮物  
イカゲソのコーンミル揚げ  
魚介類の茶碗蒸し  
母のムース  
ドリンク

**和食でおもてなし**

桜の塩漬風味胡麻豆腐  
丸ごと焼き筍・山椒味噌とともに  
山菜の天麩羅・海老の道明寺揚げ  
菜の花と数のふわふわ玉子とじ  
鯛茶漬  
つつふイチゴアイス  
抹茶シャーベット



**おもてなし料理 開講日**

第1週目  
火/休曜日 19時半～  
水/金曜日 19時～  
土曜日 15時～  
祭/日曜日 14時～

注意) 祭日 2月11日(土) 4月29日(土)の営業時間は土曜日扱いです。