

# 9月の時間割 (※メニュー・時間割は変更になることがあります)

| 月曜日 | 火曜日                                    | 水曜日                                    | 木曜日                  | 金曜日                              | 土曜日                                    | 日曜日                                    |
|-----|--|--|----------------------|----------------------------------|--|--|
| 31  | 1<br>13:30 <b>A</b><br>18:30 <b>A</b>  | 2<br>11:30 <b>A</b><br>19:00 <b>A</b>  | 3<br>11:00 <b>A</b>  | 4<br>ミシュラン店！<br>リモート料理教室<br>発送日。 | 5<br>11:00 <b>A</b>                    | 6<br>11:00 <b>A</b><br>15:00 <b>E</b>  |
| 7   | 8<br>13:30 <b>B</b><br>18:30 <b>B</b>  | 9<br>11:30 <b>B</b><br>19:00 <b>B</b>  | 10<br>11:00 <b>B</b> | 11                               | 12<br>11:00 <b>B</b><br>15:00 <b>E</b> | 13<br>11:00 <b>B</b><br>15:00 <b>E</b> |
| 14  | 15<br>13:30 <b>C</b><br>18:30 <b>C</b> | 16<br>11:30 <b>C</b><br>19:00 <b>C</b> | 17<br>11:00 <b>C</b> | 18                               | 19<br>11:00 <b>C</b>                   | 20<br>11:00 <b>C</b>                   |
| 21  | 22<br>13:30 <b>D</b><br>18:30 <b>D</b> | 23<br>11:30 <b>D</b><br>19:00 <b>D</b> | 24<br>11:00 <b>D</b> | 25                               | 26<br>11:00 <b>D</b>                   | 27<br>11:00 <b>D</b>                   |

## **A**・松茸ごはん

- ・秋刀魚(予定)の絶品巻き揚げ **人気!**
- ・魚のさばき方「大名おろし」
- ・豆腐と木の子の海老あんかけ  
(松茸のお吸い物付き)

### 【旬を味わおう&魚の簡単なさばき方(大名おろし)】

「松茸ご飯」秋の味覚松茸を、ご飯で美味しくいただきます♪  
 お家ではエリンギでもOK！サービスメニューです(>\_<)  
 「さんまの巻き上げ」1人1尾使うので、簡単な魚のおろし方  
 「大名おろし」を覚えられます。  
 簡単で美味しいと生徒さんに絶賛される料理！  
 家で作ってくれた方が多数いました♪  
 ※さんまが不漁の場合、別の鮮魚になる場合があります m(\_ \_)m  
 「エビあんかけ」豆腐ときこのを、料亭仕立てのあんかけで、旬の食材を満喫して頂きます！

## **B**・白身魚のふわふわフリッター

- ・秘密の万能マヨネーズソース
- ・野菜スティック～明太マヨディップ～
- ・とろける長芋のチーズグラタン
- ・チョコバナナクレープ

### 【基本の洋食～専門店の味～】

「フリッター」洋風の天ぷら。材料にフリッターの衣をまぶして仕上げます。魚・エビ・肉・チーズ等、アレンジ自在！  
 レパートリーが広がります♪  
 添えるソースは飲食店の万能ソースを内緒でお伝え(´\_`)  
 「グラタン」材料は長芋とチーズと牛乳だけ！？  
 サッと出来る、新感覚のとろける簡単グラタンです。  
 「クレープ」専門店のレシピ！自分の分は自分でできます♪

## **C**・とろける卵の親子丼(各自仕上げます)

- ・二番だしの取り方
- ・長芋のたたき
- ・長芋の磯部揚げ
- ・白身魚の葛たたきのお吸い物

### 【基本の和食～出汁・揚げ方・卵の扱い～】

初心者の方にオススメ！ご家庭では必須の料理です。  
 「親子丼」が出来るとほとんどの丼が出来るので是非、マスターしよう♪出し汁も取ってもらいます。  
 卵の固さは「自分の分は自分好みに♪」します。  
 卵の入れ方にコツがあります。  
 受講生が嫁ぎ先のご両親に初めて作った料理がこちらで、大変褒められたそうです(´\_`)

## **D**・ふわとろかに玉

- ・低温調理のしっとりサラダチキン **人気!**
- ・バンバンジー
- ・鶏出汁海苔スープ (new)
- ・五郎島金時の大学いも

### 【お家で役に立つ！しっとり柔らか低温調理】

「かに玉」男女問わず、人気の定番メニューです♪  
 卵料理はやはりコツがあります！  
 自分の分は自分で焼いてもらうので、苦手な方は是非！  
 「バンバンジー」手頃な値段だけど、バサバサしやすい  
 むね肉を低温調理で超簡単に柔らかく茹でる方法お伝えします！  
 どのご家庭にもある「あれ」を使って誰でも失敗なし。  
 大量に作り、冷凍しても美味しいままです。  
 ダイエットにもおすすめします。  
 「大学芋」子供にも人気、おやつにも喜ばれますよ。  
 「スープ」サラダチキンで出てきた、自然の鶏出汁を使って  
 スープにします。

## **e** 栗のモンブラン(5個) フィナンシェ(土台)

【秋の定番スイーツ】 約2時間半  
1人5個作ります。

焼き菓子でおなじみの「フィナンシェ」を土台に焼き、  
 カスタード・生クリーム・マロンクリームでデコレーションします♪  
 フィナンシェと、モンブランが作れるようになる！！  
 というお得なレッスンです(´\_`)



## ■お知らせ■

休み中のご予約は、ネット予約でお願い致します。  
 LINE でお得な情報を不定期で配信しています！！→

