MUSASHINO COOKING COLLEGE

TRAINING SYLLABUS

調理実習シラバス 2021

高度調理経営科2年
西洋料理専攻

学校法人 後藤学園
武蔵野調理師専門学校

目 次

履修コース概要 ―― 3

第1章　西洋料理実習理論 3・4　西洋料理実習 3・4 ― 4

概要 ―― 5

第2章　専攻別総合調理実習 ―― 250

概要 ―― 251

履修コース
高度調理経営科　西洋料理専攻

教育内容	教科科目名	履修方法	学年	学期
高度調理技術実習	**西洋料理実習理論・西洋料理実習**	**必修**	**2**	**前期・後期**
授業の方法	時間数	担当者名		
講義・実習	**理論：85時間　実習：245時間**	**実習部 担当職員**		

実務経験	担当者名	科目に対する実務内容･経歴(調理師養成以外)	実務経験	担当者名	科目に対する実務内容･経歴(調理師養成以外)
○	福島　正八	ホテル総料理長など、歴任	○	吉田　正幸	ホテルにて調理業務に従事
	飯尾　哲司	ホテルやレストランの料理長などを歴任		小高　和也	ホテルにて調理業務に従事
	保永　茂	会員制クラブレストランやホテルにて調理業務に従事		多良　文康	ホテルをはじめ会館、フレンチレストランにて製菓業務に従事
	二 木　保	フレンチレストランにて調理業務に従事		杉山　絢音	菓子製造販売業にて菓子製造に従事
	金藤　州二	ホテル製菓部門にて永年従事			
補助教員					
栗原　恭子					

教科書・参考文献等
教科書（調理実習）　実習ノート
教育目標
調理師法に基づく調理師の基本理念をしっかりと理解し、外食産業における、将来の指導者・経営者となるべく、マネージメント能力を有し、食文化の継承者、担い手として専攻分野における高度な知識と技術を修得する。

教育の目的
一年次では調理師としての基本的な態度を身に付け、基本技術の反復練習により基礎基本の重要性を理解していく。二年次では、習得してきたことをさらに昇華させ、社会人基礎力を身に付けていく。校外研修などを始めとする対外的な授業内容や、専攻別総合調理実習（賞味会）などの御客様を相手にした料理の提供など、就職した先を見据えての実践教育を目指す。

教育到達点
高度調理経営科 西洋料理専攻クラスでは、挨拶や礼儀作法は勿論のこと、基礎基本、衛生観念の徹底を身に付けさせ、サービス業に携わる社会人の一年目の即戦力を目指すように指導を行う。 実技試験では、試験に向かう心構えから指導し、基礎基本を踏まえた内容にしていく。 実習内容では、賞味会を頂点とする、サービス、料理の提供の仕方や、調理・接遇までをトータル的に学び、経営的な観点から、産地や特産品なども学び、原価を考えた提供の仕方までを実践していく。 特別授業では、ホテル・会館・専門店の料理長をお招きし、それぞれの特徴や生の現場の声を拝聴しながら実習を行い、また、フランス料理・イタリア料理・スペイン料理など独自の文化・歴史・技術を持つジャンルの授業も開講し、幅広い視野を持ち、就職活動にも活かせる内容になっている。

教育手法
授業内にて、基礎基本の重要性を説明して反復練習できる環境を作る。できるだけ沢山の食材に触れ、上手くいかなかった所、失敗してしまった所など評価、指導していける内容にする。 講義の中では、モニターを使用したり、プリントを利用し、解り易い説明を心懸ける。 放課後も実習室を定期的に開放し、授業内でできなかったことを補える、学生たちとコミュニケーションを取り合える環境作りを目指す。

第1章

［西洋料理実習理論 3・4］
［西洋料理実習 3・4］

教育形態	教育内容
西洋料理実習理論 2/西洋料理実習 2	西洋料理　高度調理技術実習

授業の方法		教育目標
講義・実習		理論では、西洋料理の料理名や由来、また、文化や歴史についても触れていき、献立の持つ意味なども理解させ、調理法・機材を使用した様々な技法を学び、知識を深め、料理の幅を広く持てるよう指導する。生産地なども紹介し、どの場所で収穫が盛んなのかなど説明し、旬の話も絡めて把握してもらう。実習では、一年次の基礎基本をベースとし、二年次での専門的な知識・技術を昇華させ、一人一人が責任を持って調理作業を行えるよう指導し、クラス全員が実践し全体の底上げ、ベースアップを図る。
時間数	担当者名	
65回　270時間	実習課担当職員	

教育手法

1回	料理の盛り付けデッサンについて/牛フィレ肉のポワレシャンピニオンのソース	31回	ブロッコリーと甘海老のシャルロット仕立てクレソンソース/テルミドール
2回	オニオンスープ/じゃが芋のニョッキ	32回	ニース風サラダ/魚のクネル アラリヨネーズ風アメリケーヌソース
3回	ブルスケッタ/海老のベニエとスカンピ	33回	温製ホタテとアボカドのキャビア詰め/鳩のローストとポテトパイヤッソン添え
4回	マッシュルームのアヒージョ/鯛のセビチェ じゃが芋のトルティージャ/パスタのパエリア フェデウア	34回	いさきのインボルティーニ アンチョビソース/オッソブーコ ミラノ風
5回	フィセルピカルド/ビシソワーズ	35回	牛フィレ肉の猟師風/牛フィレ肉の赤ワイン煮込み
6回	温かいリードヴォーのサラダ香草風味のクスクスと共に／ 若鶏のムース フォアグラ・モーリーユ茸入り シャンピニオンソース	36回	イベリコ豚の香草風味の岩塩パイ焼き/白イカのムース軽いスープ仕立てウニの香り
7回	スズキのグリエ エピス風/仔羊の背肉ロティ香草風味 じゃが芋のグラタン添え	37回	ポテトで包んだ手長海老のフリット マスカルポーネ入りグリーンソース/ 仔羊背肉の野菜包みバジルの香り
8回	ラザニア ボローニャ風	38回	トリッパの煮込みローマ風/鶏のストゥファート マスカルポーネソース
9回	カッペレッテー入りコンソメ/アスパラガスの冷製スープ	39回	スープ ド ポワソン/ポトフ
10回	グジェール/ノルウェー産サーモンのリエットディルの香り/フォカッチャローズマリーの香り	40回	牛ホホ肉の白ワイン煮込みロースト野菜と共に/野菜のテリーヌ色々なソースで
11回	青りんごのシブーストとソルベ添え/カルバトス風味のアングレーズソース	41回	若鶏のもも肉のキノコ詰め物 ラタトゥイユバジル風味/帆立貝柱の大豆衣焼きしめじ添え
12回	インゲン豆のパッサータ/サーモンマリネ ディル風味/ライスサラダ/米のプリン	42回	専門調理師試験課題　舌平目のクッション小海老添えグラタン
13回	実技試験課題　じゃが芋のシャトー/人参のジュリエンヌ/オムレツ	43回	専門調理師試験課題　仔羊のソテー ソースシャスール
14回	仔羊背肉のロースト マスタードとハーブの香り カリフラワーのグラタン 小海老と帆立貝のクリーム煮 パイ詰め	44回	フルーツグラタン パピヨット仕立て ミルクジェラート添え
15回	チョコレートシフォンケーキ/ピニャコラーダのジュレ パッションソルベと共に	45回	タコのリゾットピラフレモングラスの香り/甘鯛の鱗揚げイタリアンプレートで/ 生うにとじゃがいものバンナコッタタイムの香り
16回	フランス産鴨胸肉のロースト 黒トリュフと季節の野菜と共に/半熟卵とアーティチョーク、 リッチなキャビアトーストとアーティチョークのホットドッグ仕立て/グランマニエ香るスフレ	46回	帆立貝とアンディーブのパイ詰め　若鶏ももも肉のグランデュック
17回	豚のリエット/ベーグル/桃の冷製スープ	47回	ブロッコリーのミネストラローマ風/鶏ももも肉の赤ピーマンソース/クレームブリュレ
18回	アクアパッツァ/ズッキーニと桜えびのスパゲティミントと黒コショウの香り/ 仔牛のサルティンボッカ緑野菜添えゴルゴンゾーラチーズソース/チョコレートのムース	48回	鴨もも肉のコンフィー/鴨のローストとコンソメ
19回	エスカルゴのブルゴーニュ風 エスカルゴの軽い煮込み/ 柔らかく煮込んだ牛テールのクロケットきのこソース	49回	学園祭について 若鶏ガランティーヌゼリー飾り/幼鴨のテリーヌ
20回	いんげん豆入りニョッキ/タコのマリネ グリーンソース	50回	学園祭について ブルテのテリーヌ／キャロットグラッセのテリーヌ
21回	イサキのインパナード/イサキの紙包み焼き	51回	学園祭について ミロワール/アスピック/茶巾
22回	ポーピエットタンバル型サーモンのファルス白ワインソース/ モンサンミッシェル産ムール貝のワイン蒸しソースプーレット	52回	学園祭について パテ ドゥ カンパーニュ /スズキのパイ包み焼き
23回	あさりとジェノベーゼのパスタ/仔羊肉の煮込みカチャトーラ風 バンナコッタ パッションフルーツソース	53回	テリーヌのカットとゼリーがけ/ プラッターの作り方から盛り付けまで
24回	スズキのザバイオーネトマト風味/トレビスのリゾット/白身魚とアスパラガスのリゾット	54回	ブッシュ・ド・ノエル、フランボワソルベと共に
25回	オマール海老のラビオリ シャンピニオン添え/鶏もも肉の赤ワイン煮込み	55回	実技試験課題　舌平目のクッション小海老添えグラタン
26回	ブランマンジェタピオカ入りココナッツスープ パイナップルソルベ添え/プリオール	56回	ターキー・鶏・鴨のデコレーション/ショーフロアについて
27回	豚のロースト/大麦のスープ	57回	鴨胸肉フォアグラなすのキエフ風マデラソース/帆立貝のニンニク風味フランス産キノコのソース
28回	牛フィレ肉のパイ包焼きソース ペリグーディヌ じゃが芋のムース/人参のグラッセ/きのこのフラン/芽キャベツのブレゼ	58回	ビュッフェ
29回	枝豆のムース人参のソース/小鯛のデュクセル詰めチーズパン粉焼きシブレット風味の白ワインソース	59回	そば粉のガレット/キャロットオレンジのソルベ/キッシュロレーヌ
30回	アニョロッティーニ/グラナチーズの衣揚げ バルサミコ風味	60回	キタンとポテト キノコのサラダ ラビゴットソース/ 黒豚バラ肉のカルボナード	61～65回	卒業作品制作

教育到達点

理論では、献立名やその名称の由来・歴史・文化にも触れ、理解を深める。調理法も、特徴とそれぞれの注意点を学び、知識を養います。講義を聞きながら実習の段取りを考え、衛生的な作業とポイントを押さえていく。基礎基本を忠実に守り、衛生観念の徹底、実習内容に合わせた段取りの組み立てなどを理解させ、実践する。幅広い西洋料理のジャンルを学んでいき、その知識・技術を総合的に習得することを目指す。

評価の目安と方法

出席状況、受講態度、実習ノートの記入、理論を通じその内容が把握できること。
筆記試験の採点にて評価していきます。各実習共に、調理作業が衛生的であるか、正しい手順を踏んでいるか、見本通りに仕上がる、若しくは同じものを作ろうという姿勢を持っているか細かくチェックしていく。
加えて実技試験において技術の修得度により評価。

評価	成績評価別の達成度
A	筆記試験において80%以上の理解度を得られたとき
	実技試験においては3名の教員がそれぞれ採点を行いその平均点が80点以上のとき
B	筆記試験において70%以上の理解度を得られたとき
	実技試験においては3名の教員がそれぞれ採点を行いその平均点が70点以上のとき
C	筆記試験において60%以上の理解度を得られたとき
	実技試験においては3名の教員がそれぞれ採点を行いその平均点が60点以上のとき

西洋料理理論

1

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	**牛フィレ肉のポワレ シャンピニオンのソース**
	料理の盛り付け デッサンについて

時間数		授業の方法	担当者名
1回	**1時間**	**講義**	**実習課担当職員**

目的

・盛り付けの基盤となる考え方を理解する。

ポイント

・料理を皿の上でどう見せたいか?どう感じさせるか?どう食べさせたいか?

教育到達点

・美しく安定感がありバランスの整った盛り付けができていること。

評価の目安と方法

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習

1

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	**牛フィレ肉のポワレ シャンピニオンのソース**
	料理の盛り付け デッサンについて

時間数		授業の方法	担当者名
1回	**3時間**	**実習**	**実習課担当職員**

目的

・一人一人料理を仕上げ盛り込む。
・牛ヒレのポワレを理解し、ミディアムに焼き上げる。
・ソースの煮詰めの効果を理解する。

ポイント

・料理の切り方や盛り込みで印象が変わってくる。
・牛ヒレはアロゼしながら焼き上げる。
・マデラ酒の煮詰めや、フョンドヴォーをしっかりと煮詰める。

教育到達点

・料理をバランス良く盛り込める。
・肉の火入や、休ませ方と効果を理解する。
・ソースの煮詰め方による味の変化を理解する。

評価の目安と方法

・料理がバランス良く盛り込めている。
・牛フィレがミディアムに焼き上がっている。
・ソースの甘み、コク、塩味が整っている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名	番号	分量
Dressages 料理の盛り付け デッサンについて	1	

盛り付けの基盤となる 考え方を理解する。

※盛り付けには正確はありません。もし正確があったとしてもひとつではないと考えている。

〇料理を皿の上で　どう 見せるか?

どう 感じさせるか?

どう 食べさせたいか?

※自分は 1番大切にしているのは、自分で決めた「中心」の「バランスを整える」こと。

自分は、皿の中央を「中心」とする構図ではなく、左右対称でもありません。つまり 安定感のある美しさを求めているのではありません。

自分の中で〝ココ〟と目を引き付ける部分を決め、これを「中心」と考えて、この部分のバランスをととのえることを常に考えている。

※美しく見せる（ドレッサージュ）と美味しそうに感じさせる（ドレッサージュ）はいつも、一致するわけではありません。

でも、どちらがかけても、完成されたドレッサージュにはならないと考えている。

献立名	番号	分量
Firet de Bœuf Poêlé Sauce Champignon 牛フィレ肉のポワレ シャンピニオンのソース	1	1人分

材料・調味料	使用量	
Firet de Bœuf	1人1個	90g
Beurre	10	g
Huil de Olive	10	cc
Sel,Poivre		
Sauce		
Fond de Veau	60	cc
Madère	20	cc
Port Rouge	10	cc
Échalotto(haché)	1/4	ケ
Champignon(emince)	1	ケ
Beurre	10	g
Garniture		
Pomme de Terre	80	g
Créme	30	cc
Lait	20	cc
Muscade	un peu	
Beurre	10	g
Sel,Poivre	un peu	
Carotte Glaser		
Carotte	10	g
Carotte Jaune	10	g
Beurre	5	g
Sucre	3	g

材料・調味料	使用量	
Pois（SUNAPPU）	2	ケ
Bouillon	50	cc
Beurre	5	g
Cresson	1人1	本

盛付見本

西洋料理理論
2

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	オニオンスープ（オニオングラタンスープ）
	じゃが芋のニョッキ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・小麦粉だけで作られていたニョッキが、イタリアにじゃが芋が伝わって今のじゃが芋のニョッキができたと言われている。そのニョッキという料理を初めに作ってみる。
・2年生になり、自分の包丁がどれだけ切れる状態にあるか。玉葱を薄切りにしてオニオンスープを作り、グラタンにしてみる。

ポイント

・じゃが芋を裏漉しにできる状態にボイルし、潰すように裏漉ししてグルテンが出ないように混ぜ合わせて成形する。
・玉葱を極薄切りにして、焦がさないように鍋で飴色になるまでソテーし甘味を出す。
・サラマンダーに入れたら要注意して均一に色が付くように入れ替えながら焼き色を付ける。

教育到達点

・イタリア料理の初めだと思って作り、ニョッキを硬くならないように仕上げる。
・玉葱を薄切りにする。包丁が切れない人はいつでも切れる状態にしておくこと。
・火加減を上手にコントロールすること。

評価の目安と方法

・ニョッキの大きさ、形が揃っているか。味付けは美味しく仕上がっていること。
・玉葱が薄く切ってあるか、またソテーした時に焦げていないこと。鍋が焦げていないこと。
・サラマンダーで均一に焼き色が付いていること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習 2

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	オニオンスープ (オニオングラタンスープ)
	じゃが芋のニョッキ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義	実習課担当職員

目的

・じゃが芋を裏漉しできる硬さに茹でてニョッキを作る。
・裏漉し器の取り扱い方と裏漉し方を覚える。
・じゃが芋を練らないように他の材料と混ぜ合わせ、成形する。
・玉葱を薄切りにすることで包丁の切れ味を確認する。
・薄切りにした玉葱を鍋で焦がさないように、飴色になるまで良く炒める。
・甘味の出た玉葱にブイヨンを入れ、味付け良くスープを仕上げる。
・サラマンダーを使い、色良くグラタンに仕上げる。

ポイント

・じゃが芋は裏漉しにできるように十分に柔らかく茹でられること。
・裏漉しにしたじゃが芋をグルテンが出ないようにまとめて成形することができる。
・玉葱を薄く切り、焦がさずに甘みを充分に引き出すように炒める。
・味付けの塩、胡椒を適正にしてスープを仕上げる。
・サラマンダーに入れたオニオンスープを動かしながら均一な焼き色を付ける。

教育到達点

・じゃが芋のグルテンを出さないように成形し柔らかくニョッキを仕上げる。
・包丁が良く切れて玉葱を薄切りにすること。
・玉葱を炒める時に火力を上手に調整し、鍋にこびりつかないように飴色に炒め上げる。
・味付けの塩、胡椒の量を適正に仕上げる。
・サラマンダーの火力調整と焼き色の付け方。

評価の目安と方法

・ニョッキの形、大きさが揃っていて、柔らかく仕上がっていること。
・包丁が常に切れる状態であること。
・火の使い方が適正で、食材・鍋が焦げなく仕上げることができている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名
Soupe à l'Oignon (Soupe à l'Oignon Gratinée) オニオンスープ (オニオングラタンスープ)

番号	分量
2	5人分

材料・調味料	使用量	
Oignon	1人	1個
Bouillon	900	cc
Beurre	20	g
Sel	適量	
Poivre noir	適量	
Baguette	1人1	枚
Gruyère râper	20	g

材料・調味料	使用量	

盛付見本

献立名
Gnocchi di Patate じゃが芋のニョッキ

番号	分量
2	5人分

材料・調味料	使用量	
Patate	200	g
Farina	50	g
Uovo	0.5	ケ
Noce Moscata	適量	
Parmigiano Grattugiato	15	g
Sale	適量	
Pepe	適量	
Panna	200	cc
Parmigiano Grattugiato	25	g
Sale	適量	
Pepe nero	適量	

材料・調味料	使用量	

盛付見本

西洋料理理論
3

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	ブルスケッタ
	海老のベニエとスカンピのオーブン焼き バルサミコソース

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・イタリア産のエクストラバージンオリーブオイルを産地別に数種類使い特徴を知り、テイスティングの仕方を覚える。また料理としてブルスケッタにオリーブオイルをふって焼き上げる。スカンピのオーブン焼き（簡単な香草パン粉を乗せて）にもエクストラバージンオリーブオイルをかけた1品を作る。
・北イタリアで古くから伝わる伝統的な酢であるバルサミコ酢について、なぜもっとも高価で気品のある酢といわれるか作り方を知り、ソースを作る。
・ベニエ生地を作る時、卵白を潰さずに混ぜ合わせる。

ポイント

・スカンピを縦半分に包丁で割って取り除く部分を理解すること。
・香草パン粉には香りがあること。
・バルサミコ酢の煮詰め具合。
・ベニエを揚げた時に充分ふくらみ、揚げすぎていないか。

教育到達点

・オリーブオイルのテイスティングを覚え、特徴を理解することができる。
・バルサミコソースの濃度調整。(煮詰め過ぎないこと)
・ベニエは充分なふくらみがあり、かつ綺麗な色が付いて揚っていること。

評価の目安と方法

・仕上がった料理にオリーブオイルの風味が出ていること。
・バルサミコソースに甘味があって、トロリとした濃度でお皿にひかれていること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習 3

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	ブルスケッタ
	海老のベニエとスカンピのオーブン焼き バルサミコソース

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・エクストラバージンオリーブオイルの製法と特徴を知って料理に使う。
・バルサミコ酢の製法を知り、一般的なバルサミコ酢を上質のバルサミコ酢に近づけてソースを作る。
・有頭の海老を半分に割る仕方とオーブンでの火の入れ方。
・ベニエ生地の作り方と揚げ物の適切な温度調節。

ポイント

・数種類のエクストラバージンオリーブオイルのテイスティングする。
・煮詰まり方の見極め。
・メレンゲの立て方と合わせ方。揚げるまでのタイミング。
・揚げ物をする時の温度の見極め方。

教育到達点

・プリントでエクストラバージンオリーブオイルとバルサミコ酢の産地と特徴を覚える。
・スカンピが真直ぐな状態で、色、香り良く焼き上がっていること。
・メレンゲを立て過ぎないこと。
・揚げ油の温度を確かめること。
・オーブンでの火の入れ方。

評価の目安と方法

・ブルスケッタ・スカンピの焼き具合。
・バルサミコソースの濃度調整。
・ベニエが色良くふっくらと揚っていること。
・お皿に丁寧に盛り込んであること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名
Bruschetta ブルスケッタ

番号	分量
3	5人分

材料・調味料	使用量	
Pane	1/2	本
Pomodoro	1	個
Aglio	1	片
Mozzarela	1	パック
Olio Extravergine d'Oliva	少々	
Sale	適量	

材料・調味料	使用量	

盛付見本

献立名	番号	分量
Fritterra di Gambero e Scampi al Forno Salsa di Balsamico 海老のベニエとスカンピのオーブン焼き バルサミコソース	3	5人分

材料・調味料	使用量	
Gamberi	1人2	本
Uova	2	個
Latte	60	cc
Farine	100	g
Aceto Balsamico	90	cc
Miele	20	g
Ravanello	2	個
MIZUNA	1/4	株
TOBIKO	適量	
Scampo	1人1/2	本
Pangrattato	50	g
Acciuga	1.5	枚
Cappero	8	粒
Aglio	1/6	片
Prezzemolo	2	本
Olio Extravergine d'Oliva	30	cc

材料・調味料	使用量	

盛付見本

西洋料理理論
4

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	**マッシュルームのアヒージョ／鯛のセビーチェ /じゃが芋のトルティージャ**
	パスタのパエリア　フィデウア

時間数		授業の方法	担当者名
1回	**1時間**	**講義**	**実習課担当職員**

目的

・スペイン人シェフをお招きしての本場のスペイン料理を学ぶ。
・スペイン料理の歴史・伝統・食材を学ぶ。
・伝統的なパエリアの作り方・食材を学ぶ。
・代表的なスペイン料理を学ぶ。

ポイント

・野菜を弱火でよく炒めたソフリットを作り、パエリアに甘みを出す。
・きのこは水分が多く含まれるため、一度ソテーし余分な水分を抜いてから熱したオリーブオイルに入れる。
・じゃが芋をフライパンでじっくりと炒めることで甘みを引き出す。
・卵を加えてから手早くかき混ぜ、形を整えることできれいな円形にする。

教育到達点

・フィデウアの長さが適切で、全体に具が散らばり黄金色に仕上がっていること。
・試食する際にアヒージョの油がぐつぐつと沸いている状態になっている。
・じゃが芋に甘みがあり、またオムレツの形が丸く成型されていること。

評価の目安と方法

・スペイン料理の歴史や文化を理解している。
・フィデウア本来の作り方を理解したうえで調理ができている。
・セビーチェに使われるもの使ってはいけない食材を理解し調理する。
・トルティージャのバラエティを知る。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習

4

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	**マッシュルームのアヒージョ／鯛のセビーチェ /じゃが芋のトルティージャ**
	パスタのパエリア　フィデウア

時間数		授業の方法	担当者名
1回	**3時間**	**実習**	**実習課担当職員**

目的

・パスタを利用したパエリアを学ぶ。
・魚介類のマリネ料理を学ぶ。
・アヒージョの火の入れ方を理解する。
・スペイン風オムレツを学ぶ。

ポイント

・ソフリットは、弱火でじっくり炒め甘味を引き出す。
・セビーチェのマリネ液には、酸味と辛味がある調味料、水を使用する。
・アヒージョオイルを作る際、オリーブオイルにニンニクの香りを浸透させたいので弱火で香りをうつしていく。
・玉葱、じゃが芋はボウルであらかじめ味付けをし、火を入れていき、火が入ったら卵と混ぜ合わせオムレツに成形する。

教育到達点

・フィデウアの炊き上がりは水分がしっかりとんで、香ばしくできていること。
・セビーチェはマリネ後の味のバランスがしっかりとれていること
・アヒージョのマッシュルームにはしっかりとニンニクの香り、塩味がついてること。
・オムレツはふっくらと形よく作れてること。

評価の目安と方法

・食材の切り揃えがしっかりできる。
・料理ごとに火加減の調節ができる。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名	番号	分量
Mushroom ajillo マッシュルームのアヒージョ	**4**	**5人分**

材料・調味料	使用量	
champiñon	10	個
ajo	1/2	片
aceite de oliva	適量	
sal	適量	
ajillo oil		
perejil	適量	
sal de cristal	適量	
《Ajillo oil 》アヒージョオイル		
aceite de oliva	40	ml
ajo	1	片分
pimento rojo	1	本

材料・調味料	使用量	

献立名	番号	分量
Sea bream ceviche/Potato tortilla 鯛のセビーチェ /じゃが芋のトルティージャ	**4**	**5人分**

材料・調味料	使用量	
Sea bream ceviche タパス1皿分		
pargo	60 ~ 70	g
ajo（すりおろし）	1/2	片
jugo de limón	1/2	個分
vinagre de chile	小さじ1	
jalapeño	1/2	個
agua	大さじ1	
cebolla roja（みじん切り）	小さじ1	
batata	20	g
maíz（粒の部分・茹でる）	15	g
hojas de cilantro	適量	
pimento rojo	適量	

材料・調味料	使用量	
Tortilla de patata		
huevo		
patata		
cebolla		

献立名
Fideua パスタのパエリア　フィデウア

番号	分量
4	5人分

材料・調味料	使用量	
fideo	120	g
vermicelli / capellini		
cebolla	1/2	個
ajo	1	片
pimiento	2	個
tomato	1/2	個
musio de pollo	100	g
sepia	80	g
almejas	80	g
gamba	2～3	本
sal	適量	
aceite de oliva	20	cc
tomate	1/2	個
sopa de pescado	400～500	ml

材料・調味料	使用量	
※2　魚のスープ		
cangrejo azul	250g	g
pescado blanco（掃除したもの）	1.5～2	kg
aceite de oliva	大1	
zanahoria	1	本
cebolla	1	個
apio	1/2	本
ajo	2	片
pimentón	小1	
salsa de tomate	大1	
laurel	1	枚
azafrán	2～3	本
perejil	1	本
agua	10	ℓ

①切りワタリガニはオーブンでローストしておく。
②大きな鍋に、オリーブオイル、人参、玉葱、セロリ、ニンニクを入れゆっくり炒める。
③②の鍋が良く炒まったら、パプリカパウダーとトマトソースを加える。
④全体が茶色っぽくなるまで炒めたら、ローストした②もカニを入れゆっくり炒める。入れて、木べらで壊しながら炒める。
⑤水10ℓを加えてベイリーフ、サフラン、パセリを加え、下処理済みの白身魚の頭と骨を加え、丁寧にアクを取りながら弱火で30～40分煮込む。全体量が600～700ccまで煮詰める。

盛付見本

西洋料理理論
5

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	フィセル ピカルド
	ビシソワーズ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・小麦粉を使った生地のグルテンの状態による生地の仕上がり方について。
・クレープ生地やタルト生地の作り方。
・温度による生地の状態が変化を知る。
・ロレーヌとフィセルの意味を学ぶ。
・じゃが芋のブルテの作り方。

ポイント

・クレープ生地を焼き上げるとき、適温で焼き上げふちを見て焼き色を確認する。
・料理名の由来を理解し、材料や形を知る。
・葱類の炒めた際の味の変化を知る。

教育到達点

・クレープを焼くときの温度を理解する。
・料理名の由来を理解し応用法を理解する。
・甘味の引き出し方を理解する。

評価の目安と方法

・クレープを厚みや大きさ、焼き色をそろえて焼き上げることができる。
・料理名の由来を理解し調理できる。
・ポアローや玉葱の甘味を引き出すことができる。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習

5

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	**フィセル ピカルド**
	ビシソワーズ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	**3時間**	**実習**	**実習課担当職員**

目的

・クレープ生地の作り方。
・温度管理をし、生地の状態を確認する。
・冷製スープの濃度と量。

ポイント

・クレープ生地は生地をしっかりと休ませ、適温で焼き上げる。
・生地のグルテンを休ませることによって落ち着かせる。
・じゃが芋のブルテを濃い味で仕上げる。

教育到達点

・クレープをフライパンの温度を見極め綺麗に焼ける。
・冷製スープの量と濃度を理解する。

評価の目安と方法

・フィセル・ピカルドが同じ大きさに作れ、綺麗に焼き上がっている。
・料理が味良く、適温で仕上がっている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名
Ficelle picarde フィセル ピカルド

番号	分量
5	5人分

材料・調味料	使用量	
Crêpe		
Farine	100	g
Sel	適量	
Œuf	3	個
Lait	200	cc
Beurre	30	g
Appareil		
Champignon	2	パック
Échalote	30	g
Persil plat	1/4	パック
Crème èpais	40	g
Gruyère râpe	60	g
Beurre	20	g
Muscade	適量	
Sel・poivre	適量	

材料・調味料	使用量	
Jambon	1人1	枚
Gruyère	1人1	枚
仕上げ用クリーム		
Gruyère râpe	80	g
Crème èpais	150	g
Muscade	適量	
Sel・poivre	適量	

盛付見本

献立名
Vichyssoise ヴィシソワーズ

番号	分量
5	5人分

材料・調味料	使用量	
Poireau	100	g
Oignon	50	g
Pomme de terre	300	g
Beurre	40	g
Bouillon	500	cc
Lait	200	cc
Créme Fleurtte	150	cc
Sel Poivre	適量	
Ciboulette	適量	

材料・調味料	使用量	

盛付見本

西洋料理理論
6

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	温かいリードヴォーのサラダ香草風味のクスクスと共に 若鶏のムース、フォアグラ・モリーユ茸入り　シャンピニオンソース

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・クスクスの火の入れ方。
・リードヴォーの下処理の仕方。
・鶏のムースの作り方と火の入れ方と応用。
・香草オイルの作り方。

ポイント

・クスクスは沸かしたブイヨンを注ぎしっかりと蒸らす。
・リードヴォーは水にさらしクールブイヨンで火入れする。
・鶏のムースはすり身にするときに加えていく食材の順番をしっかりと守り作る。
・鶏のムースの火入れは、湯煎にあてコトコトと火を入れる。

教育到達点

・リードボーの下処理を理解しする。
・クールブイヨンの作り方と利用法を理解する。
・鶏のムース作り方応用法を理解する。

評価の目安と方法

・クスクスのことを理解し調理できる。
・リードヴォーの部位とした処理の仕方を理解している。
・鶏のムースの作り方とポイントを理解し調理できる。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習

6

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	**温かいリードヴォーのサラダ香草風味のクスクスと共に** **若鶏のムース、フォアグラ・モリーユ茸入り　シャンピニオンソース**

時間数		授業の方法	担当者名
1回	**3時間**	**実習**	**実習課担当職員**

目的

・クスクスの火の入れ。
・香草風味のブイヨンを作る。
・鶏のムースの作り方と火の入れ。

ポイント

・クスクスはしっかりと蒸らして火入れする。
・鶏のムースを型に層が出来ないように絞り、ファルスをしっかりと詰める。
・鶏のムースの火入れは沸かしすぎないようにする。

教育到達点

・クスクスをしっかりと蒸らせている。
・鶏のムースが滑らかにできる。
・鶏のムースが形よく火入れできる。

評価の目安と方法

・クスクスが色よく仕上がっている。
・鶏のムースの味、固さ、ツヤが整っている
・味と盛り込みのバランスが取れている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名

Salade Tiède de Ris de Veau aux Cous cous Vert

温かいリードヴォーのサラダ香草風味のクスクスと共に

番号	分量
6	5人分

材料・調味料	使用量	
Ris de veau	150 ~ 180	g
Cous cous	110	g
Bouillon	270	cc
Basilic	1/3	パック
Persil Plat	1/3	パック
Persil	4	枝
Estragon	1/4	パック
Ciboulett	1	束
Sel. Poivre	少々	
【Garniture】		
EDAMAME	25	g
Crazy Pea	少々	
Amaranthus	少々	
Huil d'Olive	10	cc
Sel. Poivre	少々	
Huil d'arachide	適量	

材料・調味料	使用量	
Sauce Mayonnaise	90	cc
Jus d' Citron	1/8	個
Épinard	1クラス1	束

盛付見本

献立名
Mousse de Volaille au foie-gras et Morille 若鶏のムース、フォアグラ・モーリーユ茸入り　シャンピニオンソース

番号	分量
6	5人分

材料・調味料	使用量	
Volaille(poitrine)	300	g
Crème	160	cc
Blanc d'œuf	1	個
Beurre	少々	
Cayenne	1	個
Sel.poivre	少々	
Vin blanc		
【Contenu】		
Foie-gras	20×2	g
Ail	1/2	片
Echalotte	20	g
Champignon	4	個
Morille(sec)	3	g
Trompette(sec)	3	g
Cèpe	3	枚
Beurre	10	g
Madér	20	cc
Fond de veau	30	cc
Sel.poivre	少々	

材料・調味料	使用量	
Carotte(nouveaux)	1人1	本
Mais(nouveaux)	1人1	本
Pois(SUNAPPU)	1人1	個
Beurre	10	g
Bouillon	100	cc
Sel.poivre	少々	
【Sauce】		
Champignon	4	個
Bouillon	200	cc
Beurre	30	g
Crème	80	cc
Jaune d'œuf	1	ケ
Sel.poivre	少々	

盛付見本

西洋料理理論
7

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	スズキのグリエ エピス風味
	仔羊の背肉ロティー香草風味　じゃが芋のグラタン添え

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・フレンチレストランのシェフをお招きしてフランス料理を学ぶ。
・スズキのおろし方とフィレへの掃除について。
・香辛料の扱い方と風味を知る。
・お酒を煮詰めた時の味と香りの変化について。
・仔羊の火の入れ方やアロゼについて。

ポイント

・魚の骨格を理解し関節や骨に沿って包丁を入れる。
・香辛料の香りと味、風味のバランスを考えエピスを作る。
・お酒をしっかりと煮詰めることにより味や酸味、香りが濃縮する。
・仔羊は骨の周りが火が入り辛く、またフライパンがあたりづら部位にはしっかりとアロゼする。

教育到達点

・魚の骨格を理解して３枚おろしが実践できる。
・香辛料それぞれ単品の時の風味と、合わさった時の風味を理解する。
・お酒が煮詰まっていく過程での味の変化を理解し実践できる。
・仔羊の火入をトータル的に理解し、実際に香ばしくロゼに焼き上げることができる。

評価の目安と方法

・スズキの3枚おろしフィレの成形を講義と同じように調理することができる。
・白ワイン、ノイリー酒が煮詰まり味を引きだしブールブランソースが作れる。
・仔羊をロゼに焼き上げられる。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
7

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	**スズキのグリエ エピス風味** **仔羊の背肉ロティー香草風味　じゃが芋のグラタン添え**

時間数		授業の方法	担当者名
1回	**3時間**	**実習**	**実習課担当職員**

目的

・鱸のおろし方、火の入れ方を学ぶ。
・ブールブランソースの作り方を学ぶ。
・仔羊の部位を理解し、掃除の仕方を学ぶ。
・じゃが芋のグラタンの作り方を学ぶ。

ポイント

・魚をおろす際には、しっかりと骨に包丁をあたっているのを感じながら骨に沿っておろす。
・新鮮な魚はソテーする際、反りが激しいため、あえて身のほうからゆっくりと火をいれる。
・仔羊の背肉は筋を掃除しないと火が入りずらいのでしっかりと掃除をする。
・グラタンは小麦粉を使用せず、じゃが芋のでんぷんを利用して濃度をだす。

教育到達点

・魚の骨の骨格とおろし方を理解して、丁寧に３枚おろしができる。
・白ワインとノイリー酒の煮詰め具合と乳化を理解し、ブールブランソースを理解する。
・仔羊の部位と掃除、リソレからオーブンに入れるまでの火の通し方を理解する。
・グラタンの煮詰め具合の理解と、サラマンダーで黄金色に仕上げられる。

評価の目安と方法

・魚は身を残さずに綺麗な３枚おろしができている。
・ブールブランソースは分離せずに仕上げられている。
・グラタンにはしっかりと濃度がつき、黄金色に焼き上がっている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名
Bar Grillé aux Épices スズキのグリエ エピス風味

番号	分量
7	5人分

材料・調味料	使用量	
Ｂａｒ	1/2	尾
Fenouil	適量	
Poivre Noir	適量	
Poivre Blanc	適量	
Romarin	適量	
Timo	適量	
Coriandre	適量	
Cumin	適量	
Safran	適量	
Curcum	適量	

材料・調味料	使用量	
Épinard	1	束
Huile d'Olive	30	cc
Échalote	1	個
Vin Blanc	160	cc
Noilly-Prat	100	cc
Beurre	120	g

盛付見本

献立名
Carré d'Agneau aux Fines-Herbes Gratin Douphinois 仔羊の背肉ロティー香草風味 じゃが芋のグラタン添え

番号	分量
7	5人分

材料・調味料	使用量	
Carré d' Agneau	1 1/2	パック
Fines-Herbes (タイム・パセリ・ローズマリー・バジルetc)	少々	
Jus d'Agneau	360	cc
Huile	少々	
Tomate	1	個
Ail	少々	

材料・調味料	使用量	
【Gratin Douphinois】		
Pomme de terre	2	個
Lait	250	cc
Ail	2	g
Muscade	少々	
Sel	少々	
Crème	50	cc

盛付見本

西洋料理理論
8

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	ラザニア　ボローニャ風

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・パスタとは練ったもののことをいい、小麦粉と卵を合わせて練り、パスタマシーンにかけてパスタを作る。幅広パスタのラザニア生地を作り、ボロネーズ・ベシャメルソースと合してボローニャ風のラザニアを作り、オーブンで仕上げる。

ポイント

・パスタ生地を合わせる時の水分に注意して、練る時には生地の表面がつややかになるまで練ること。
・パスタマシーンを使う時には充分に注意をして、生地の取り扱いにも注意する。
・ボロネーズの野菜の切り方を丁寧に行う。
・ベシャメルソースはダマができないよう、また焦がさないように注意する。

教育到達点

・生パスタの生地の作り方の習得とパスタマシーンの取り扱い方。
・各種野菜の切り方とボロネーズの作り方。
・ベシャメルソースの反復

評価の目安と方法

・生パスタ生地の水分は適切で良く練られていること。
・パスタ生地の厚さ、大きさは均一に仕上がっていること。
・ボロネーズの風味が出ていること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習

8

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	**ラザニア　ボローニャ風**

時間数		授業の方法	担当者名
1回	**3時間**	**実習**	**実習課担当職員**

目的

・生パスタを練り、パスタマシーンで伸ばしてラザニア生地を作る。
・野菜を均一にアッシェにする。
・ボロネーズを作る。
・ベシャメルソースの反復。
・ボローニャ風ラザニアの作り方。

ポイント

・生パスタを合わせる時の水分量を確かめながら入れること。
・パスタマシーンで伸ばしていく時には指で持たずに手全体で持つようにして、入れる方向に注意する。
・合挽き肉と野菜を炒める時は、焦がさないように気を付ける。
・ボイルしたラザニア生地を冷水にとり、水分を充分とる。
・仕上げの生地はオーブンで焦げないようにソース、チーズでパスタを覆う。

教育到達点

・パスタ生地を合わせる段階での水分量の加減。
・各野菜を丁寧に均一に切る。
・材料を使用する配分を考え、オーブンに入れた時に生地が焼けないように、仕上げ用のソースを使う。

評価の目安と方法

・パスタを伸ばしていく際、くっついていない。丁寧にカットしていること。
・ソースの仕上がりの量、また使用料が妥当である。
・焼き色は綺麗に付いていること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名
Lasagne alla Bolognese ラザニア　ボローニャ風

番号	分量
8	5人分

材料・調味料	使用量	
Cipolla	1	ケ
Carota	1/3	本
Seano	1/2	本
Funghi Secchi	10	g
Carne Macina	500	g
Vino Rosso	100	cc
Pomodoro	1	ケ
Olio d'Oliva	30	cc
Aglio	1/2	片
Peperoncino	1/2	本
Prezzemolo	1/2	本
Salvia	1/2	本
Basilico	1/2	本
【Besciamella】		
Burro	20	g
Farina	20	g
Latte	400	cc
Parmigiano grattugiato	100	g
Mozzarella	1	ケ

材料・調味料	使用量	
【Pasta】		
GranoTenero	125	g
Grano duro	125	g
Uovo	1	ケ
Acqua	60	cc
Sale	5	g
盛付見本		

西洋料理理論
9

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	カッペレッティー入りコンソメ
	アスパラガスの冷製スープ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・コンソメを澄ませる方法と温度。
・基本的な生パスタの作り方と成形法。
・冷製スープと温製スープの違い。
・カッペレッティーの意味。

ポイント

・ブイヨンの中に含まれている細かい粒子をすねひき肉に吸着させる。
・ブイヨンの温度変化を見極めコンソメが濁らぬよう沸かす。
・粉と水分のバランスを見てパスタ生地を練り、グルテンを出す。
・アスパラガスの味を引き出す。

教育到達点

・コンソメを澄ませる要因を理解する。
・基本的なパスタ生地の作り方を理解し、成形法を知る。
・冷製スープの提供量と味を理解する。
・生パスタの成型法と形、名称を知る。

評価の目安と方法

・コンソメの作り方を理解し澄ませることができる。
・パスタ生地の状態を見極めることができる。
・生パスタの成型法と形、名称を理解し応用できる。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
9

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	カッペレッティー入りコンソメ
	アスパラガスの冷製スープ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・コンソメの取り方。
・生パスタの作り方と成形法。
・冷製スープについて。

ポイント

・スネ挽肉とミルポアなどをしっかりと練り混ぜる。
・ブイヨンの温度変化を見極めコンソメをとる。
・ツヤが出るまでパスタ生地をしっかりと寝る。
・アスパラガスを空煎りし、短時間で仕上げる。

教育到達点

・澄んだコンソメを味よく取れる。
・パスタ生地を良い状態に練り上げられる。
・冷製スープを作る際のポイントを理解する。
・カッペレッティーを形、大きさをそろえて成形できる。

評価の目安と方法

・澄んだコンソメが取れていること。
・パスタ生地がしっかりとでき成形できていること。
・味のバランスが取れ、適量が盛り込めていること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名
Cappelletti au Consommé カッペレッティー入りコンソメ

番号	分量
9	5人分

材料・調味料	使用量	
Jarret hachée	200	g
Oignon	1/4	個
Carotte	20	g
Cèleri	15	g
Queue de Persil	1	枝
Ail	1/4	片
Tomate	1/8	個
Blanc d'Œuf	40	g
Gros Sel	適量	
Poivre noir	適量	
Laurier	1/4	枚
Thym	1	枝
Bouillon	1	ℓ

材料・調味料	使用量	
Farine	50	g
Farine de gruau	50	g
Œuf	1	個
Sel	適量	
Huile d'olive（EXV)	5	cc
Épinard	1/4	パック
Ricotta	70	g
Fromage râpé	15	g
Œuf	10	g
Muscade	適量	
Sel・Poivre	適量	

盛付見本

献立名
Crème de Asperge glace アスパラガスの冷製スープ

番号	分量
9	5人分

材料・調味料	使用量	
Asperge	500	g
Eau	適量	
Sel	適量	
Sucre	適量	
Crème	150	cc

材料・調味料	使用量	

盛付見本

西洋料理理論
10

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	ノルウェーサーモンのリエット ディルの香り
	フォカッチャ　ローズマリーの香り
	グジェール

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・小麦粉を使用した前菜を理解する。
・リエットの作り方とその保存法を理解する。
・フォカッチャの発酵から、成形、焼きに至るまでを理解する。
・シュー生地の作り方からグジェールに至るまでを理論的に理解する。

ポイント

・リエットの保存は空気に触れないようにしっかりとバターで密閉すること。
・フォカッチャは７５の法則をしっかり覚え、発酵から焼きに至るまでをスムーズに進めること。
・シュー生地は卵の加え方、粘り、硬さ、ツヤを確認しながら作業をすすめること。
・粉類はしっかり火がはいったときに粉の香りが十分にでるので、それをしっかりとマスターすること。

教育到達点

・リエットが滑らかに仕上げることができる。
・フォカッチャ（パン）の７５の法則をしっかりと理解する。
・シュー生地の作り方からグジェールに至るまでを理解する。

評価の目安と方法

・味のバランスがしっかりとれていること。
・フォカッチャの焼きにむらがなくまんぺんなくついていること。
・グジェールがきれいにあがり仕上がっていること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
10

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	**ノルウェーサーモンのリエット ディルの香り**
	フォカッチャ　ローズマリーの香り
	グジェール

時間数		授業の方法	担当者名
1回	**3時間**	**実習**	**実習課担当職員**

目的

・サーモンリエットの作り方と保存法。
・ベシャメルソースの作り方と使用法。
・フォカッチャの作り方、発酵から成形、焼き。
・シュー生地の作り方と焼き方、グジェールになるまでを理解する。

ポイント

・リエットの保存は表面にバターを堅め空気に触れないようにする。
・フォカッチャは粉っぽさが無くなるまで混ぜる、しっかりと発酵させる。
・シュー生地の火入れと卵の加え方、粘り・固さ・ツヤを確認する。
・シュー生地を同じ大きさに絞り、卵白を塗る。

教育到達点

・リエットが滑らかに仕上げることができる。
・フォカッチャの発酵と焼成を理解する。
・シュー生地の作り方と焼成を理解する。

評価の目安と方法

・味のバランスが取れている。
・フォカッチャに焼き色がムラなくついている。
・フォカッチャの気泡が細かく入っている。
・グジェールが綺麗に焼き上がっている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名
Gougères グジェール

番号	分量
10	5人分

材料・調味料	使用量	
Farine de gruau	35	g
Farine	35	g
Œuf	2～3	個
Lait	60	cc
Eau	60	cc
Beurre	60	g
Muscade	少々	
Sel.poivre	少々	
Bacon	15	g
Gruyere	40	g
Parmesan	10	g
Œuf blanc	少々	

材料・調味料	使用量	

盛付見本

献立名	番号	分量
Rillettes de Saumon ノルウェー産サーモンのリエット ディルの香り	10	5人分

材料・調味料	使用量	
Filet saumon	300	g
Beurre	30	g
Vin blanc	80	cc
Sel. Poivre	少々	
【Sauce Bechamel】		
Farine	30	g
Beurre	30	g
Lait	250	cc
Crème	60	cc
Mouscade	少々	

材料・調味料	使用量	
Aneth	3	枚
Pastis	適量	
Jus d' citron	1/8	ケ
Vodka	適量	
Sel. Poivre	少々	
Estragon	少々	
Baguette	3～4	枚

献立名	番号	分量
Focaccia romarino フォカッチャ　ローズマリーの香り	10	5人分

材料・調味料	使用量	
Farine (La Tradition Française)	150	g
Farine	150	g
Levure	3	g
Romarin	1	本
Sel	6	g
Eau	210	cc
Huil d'olive	24	g
Romarin	1	本

材料・調味料	使用量	

西洋料理理論
11

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	青リンゴのシブーストとソルベ添え カルバドス風味のアングレーズソース

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・料理の最後を締めくくるデザートの位置づけを理解し、その大切さを実習を通して学ぶ。
・シブースト、ソース、ソルベ、リンゴのソテーを作成し、その組み合わせを皿の上で表現し、一つの作品とする。

ポイント

・シブーストはクレームパティシエールとメレンゲで成り立つ。炊き方、立て方が重要である。
・アングレーズソースは卵の熱による分離を理解して、とろみがついてぎりぎりのところで冷やす。
・リンゴのソテーは砂糖をカラメルにしてから焦がしすぎないように焼き、カルバドスでフランベする。

教育到達点

・パティシエールの炊き方、メレンゲの立て方、合わせ方が正確にできる。
・アングレーズをしっかり炊くことができる。
・製法の似ているパティシエールとアングレーズの違いが理解できていること。

評価の目安と方法

・すべてのアイテムが作成できて一つのアシェットデセールとしての作品に仕上がっていること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習

11

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	**青リンゴのシブーストとソルベ添え**
	カルバドス風味のアングレーズソース

時間数		授業の方法	担当者名
1回	**3時間**	**実習**	**実習課担当職員**

目的

・シブーストの製法、アングレーズソースの火の入れ方、ソルベの製法を理解してアシェットデセールとしての盛り付けを学ぶ。
・ソルベの製法、スプーンで盛り付けるテクニックを学ぶ。

ポイント

・アングレーズソースのとろみの出し方は割れる直前に火を止める。
・シブーストのクレームパティシエールはしっかり火を入れること。メレンゲは角の立つメレンゲを作ること。それ以上それ以下でもよくない。合わせるときに混ぜすぎに注意すること。
・リンゴのソテーは砂糖をカラメルにしてからソテーすること。

教育到達点

・それぞれがきちんと正確に仕込まれていて、アシェットデセールとしての盛り付けがバランスよくできていること。

評価の目安と方法

・シブーストはメレンゲとパティシエールがうまく混ざって軽く仕上がっていること。表面を粉砂糖を振って焦がすが、焦がしすぎないこと。
・ソルベはスプーンで形よくすくえること。
・皿盛りしたときにバランスよく盛り付けてあること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名

Chiboust et sorbet de pomme vert,sauce anglaise parfum de calvados

青リンゴのシブーストとソルベ添え カルバドス風味のアングレーズソース

番号	分量
11	5人分

材料・調味料	使用量	
Chiboust au pomme vert		
lait	200	g
jaune d'œufs	2	ケ分
sucre semoule	15	g
farine	20	g
feuille de gélatine	8	g
blanc d'œufs	2	ケ分
sucre semoule	20	g
puree de pomme vert	20	g
calvados	3	cc
feuillantine	8	g
Sauce anglaise calvados		
crème 38%	20	g
lait	80	g
jaune d'œufs	1	ケ分
sucre semoule	20	g
vanille	1/6	本
calvados	3	cc
puree de pomme vert	10	g
Sauce anglaise calvados		
pomme	1.25	ケ
sucre semoule	20	g
beurre	10	g
calvados	5	g

材料・調味料	使用量	
Sorbet de pomme vert		
puree de pomme vert	250	g
eau	125	g
sucre semoule	25	g
trimoline	12	g
jus de citron	5	ml
Finition		
nappage miroir	30	g
feuille de menthe	5	ケ

盛付見本

西洋料理理論
12

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	インゲン豆のパッサータ／サーモンマリネ　ディル風味
	ライスサラダ／米のプリン

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・イタリアでは40 ～ 50種の米の種類があると言われる。大きく分けると4つの種類があって、それぞれの特徴を知り、それぞれに合った料理法がある中で、代表的なカルナロリという種類の米を使ったサラダと米を使ったプリンを作る。
・2000年以上前からイタリアでは食べられている豆料理の中で、白インゲン豆をコトコトと柔らかくなるまで煮込み、ピューレにして香草で風味を付けた料理で、茹で方、固さ、味の付け方が大事。
・生食のきく魚を塩、砂糖、胡椒でマリネした料理でノルウェーサーモンで作り、試食する。

ポイント

・乾燥の白インゲン豆を香味野菜とゆっくり柔らかくなるまで茹でる。
・イタリア米を柔らかくなるまで茹でる。サラダ用は茹で過ぎないこと。
・ドレッシングの反復。レモン汁とビネガーをベースにして。
・マリネの魚は大きさ、厚みを見て加減に注意すること。

教育到達点

・日本米との違いを感じ、茹で方を注意する。
・白インゲンが指で潰れる位に柔らかく茹で上げる。
・ドレッシングの味付け方。米と合わせて美味しく仕上げる。また、野菜の大きさを揃え、綺麗に盛り付ける。

評価の目安と方法

・白インゲン豆は完全なピューレになるようにミキサーにかけ、漉されていること。
・サラダ用、プリン用の各米の茹で方。
・サラダ用の野菜のカットは揃っていること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
12

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	インゲン豆のパッサータ／サーモンマリネ　ディル風味
	ライスサラダ／米のプリン

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・イタリア米のカルナロリを使いサラダとプリンを作り、日本米との違いを知る。
・米の使う用途による茹で方の違い。
・野菜の切り方とドレッシングの反復。
・サーモンのマリネとディルとの相性。
・食材のボイルについて。

ポイント

・白インゲン豆を茹でる時に水分が減ってきたらば水を足し、十分な水分で柔らかくなるまで煮る。
・プリン用の米を煮る時には米が柔らかくなるまでコトコトと煮る。サラダ用の米を煮る場合は十分な水分で煮過ぎないこと。
・サラダ用のドレッシングはレモン汁・ビネガーをベースに3：1の割合でオリーブオイルを入れること。また野菜の大きさを揃えて切り、茹で過ぎないようにする。

教育到達点

・白インゲン豆を煮る時には水分が少なくなったら足しながら十分柔らかくなるまで煮る。
・イタリア米と日本米との特徴を知り、茹で時間の違いを確かめる。
・サラダ用野菜のボイル時間とドレッシングとの合わせ方。

評価の目安と方法

・サラダの食材が形、大きさが揃っていて茹で過ぎていないかまた、綺麗に盛られていること。
・パッサータは綺麗なピューレになっていること。
・プリンに火が入っていて冷やし、カップからきちんと抜けて、味・硬さが適正であること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名	番号	分量
Passato di Fagioli con Gambero インゲン豆のパッサータ	12	5人分

材料・調味料	使用量	
Fagioli Secchi	200	g
Sedano	1/2	本
Carota	1/3	本
Cipolla	1/2	ケ
Aglio	1/2	片
Salvia	2	枚
Rosmarino	1/2	枝
Extravergine Olio d'Oliva	50	cc
Sale, Pepe	少々	

材料・調味料	使用量	

献立名	番号	分量
Salmone Marinato a l l 'Aneto サーモンマリネ　ディル風味	12	5人分

材料・調味料	使用量	
Salmone	1	kg
Sale	50	g
Pepe	8	g
Zucchero	50	g
Aneto	1/3	パック

材料・調味料	使用量	

献立名	番号	分量
Insalata di Riso ライスサラダ	12	5人分

材料・調味料	使用量		材料・調味料	使用量	
Riso	50	g			
Olio Extravergine d'Oliva	60	cc			
Limone	1/2	ケ			
Acet di Vino Bianco	適量				
Pomodoro（アメーラビーンズ赤・黄）	1人各1	ケ			
Sedano	1/2	本			
Olive Verdi	10	ケ			
Baby Leaf	1/2	パック			
Sale、Pepe	少々				
Salmone Marinato a l l 'Aneto	適量				

献立名	番号	分量
Budino di Riso 米のプリン	12	5人分

材料・調味料	使用量		材料・調味料	使用量	
Riso	80	g			
Panna	200	cc			
Latte	320	cc			
Zucchero	80	g			
Zucchero	48	g			
Tuorlo	4	ケ			
Uvetta	50	g			
Stecca di Vaniglia	1/4	本			
Marsala	5	cc			

西洋料理理論
13

教育内容

献立

西洋料理理論3・4	実技試験対策
	じゃが芋のシャトー　/　人参のジュリエンヌ　/　オムレツ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課担当職員

目的

・調理作業を通して技術向上を図る。
・基本技術の復習と確認。

ポイント

・人参をしっかりと5cmに切りそろえる。
・人参はそれぞれ切りそろえる。
・オムレツは温度管理をしっかりとする。

教育到達点

・人参の切り方と大きさを理解している。
・オムレツの鍋の温度を理解する。
・オムレツの鍋の動かし方を理解する。

評価の目安と方法	・人参の切り方を理解し実践できる。 ・オムレツの作り方を理解し実践できる。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理理論
13

教育内容

献立

西洋料理理論3・4	実技試験対策
	じゃが芋のシャトー　/　人参のジュリエンヌ　/　オムレツ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課担当職員

目的

・調理作業を通して技術向上を図る。
・基本技術の復習と確認。

ポイント

・シャトー剥きは大きさをそろえ、丸みのある形にする。
・ジュリアンヌは0.7mmの幅で切りそろえる。
・オムレツは手早く調理し、きめ細かく仕上げる。

教育到達点

・シャトー剥きが滑らかなフットボール型になっている。
・ジュリアンヌは太さがそろっている。
・オムレツはきめ細かく焼きあがっている。

評価の目安と方法

・人参はそれぞれ大きさがそろっている。
・オムレツはふんわりと形よく焼きあがっている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名
実技試験課題 **Carott château/Carott julienne/Omelette** 仔羊背肉のロースト マスタードとハーブの香り カリフラワーのグラタン

番号	分量
14	**5人分**

材料・調味料	使用量	
Carott	1	本
Œuf	2	個
Sel	適量	
Poivre	適量	
Huile de salade	適量	

材料・調味料	使用量	

盛付見本

西洋料理理論
14

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	仔羊背肉のロースト マスタードとハーブの香り カリフラワーのグラタン
	小海老と帆立貝のクリーム煮 パイ詰め

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・仔羊の掃除の仕方。
・ベシャメルソースの作り方。
・パイ料理について。(由来、歴史など)

ポイント

・ベシャメルはだまができないように素早く混ぜさらっとした濃度に仕上げる。
・ブッシェを仕込む際の部屋の温度。(16℃)
・パイ生地は表面に卵黄を塗る際に側面に塗らないように注意する。

教育到達点

・小海老、帆立貝は火を入れすぎずに仕上げられている。
・すべての食材に味がしっかりできている。
・ベシャメルソース　だまになることなく仕上げられる。

評価の目安と方法

・仔羊がロゼに仕上げられている。
・付け合せとバランスよく盛り付けられている。
・パイの焼き色がしっかりできている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
14

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	仔羊背肉のロースト マスタードとハーブの香り カリフラワーのグラタン
	小海老と帆立貝のクリーム煮 パイ詰め

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・仔羊の下処理と整形。
・小海老と帆立貝の下処理。
・ベシャメルソースの作り方。
・ブッシェの作り方。

ポイント

・仔羊のスジと脂をよく取り除く。
・カリフラワーは白く仕上げるために牛乳を入れたお湯でゆでる。
・ベシャメルソースは小麦粉とバターをよく炒め、牛乳を数回に分け加える。
・パイ生地は手早く伸ばし、卵黄を側面につかないように塗る。

教育到達点

・仔羊の下処理を理解する。
・仔羊がロゼに焼き上がる。
・ベシャメルソースが滑らかに仕上がる。
・パイ生地の扱いを理解する。

評価の目安と方法

・仔羊が色よく焼き上がっている。
・お皿にバランスよく綺麗に盛り込めている。
・パイが綺麗に焼き上がっている。
・味のバランスがとれている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名	番号	分量
Carre d'Agneau Rôti a la Moutarde aux Fine Herbes 仔羊背肉のロースト マスタードとハーブの香り カリフラワーのグラタン	14	5人分

材料・調味料	使用量	
Carre d'Agneau	1人2	本
Thym	1/4	パック
Romarin	1/4	パック
Persil Plat	1/3	パック
Moutarde	60	g
Crépine	適量	
Mie de Pain	適量	
Jus d'Agneau	200	cc
【Purée de chou-fleur】		
Chou-Fleur	1	ケ
Pomme de Terre	1	ケ
Ail	1	片
Leit	150	cc
Eau	適量	
Sel	適量	
Crème	10	cc
Huile d'Olive(EX)	10	cc
Mie de Pain	適量	

材料・調味料	使用量

盛付見本

献立名	番号	分量
Bouchée de Crevettes et Coquille Saint-Jacques 小海老と帆立貝のクリーム煮 パイ詰め	14	5人分

材料・調味料	使用量	
Crevette	1人 4	本
ST-Jaques	1人　1.5	ケ
Beurre	30	g
Cognac	30	cc
Vin Blanc	50	cc
Fumet de Poisson	100	cc
Champignon	5	ケ
Béchamel	80	g
Crème	90	cc
Sauce Hollandaise	45	cc
Truffe	5	枚
Bouchée	5	ケ
Échalotte	1/4	ケ
Oignon	1/4	ケ
Cerfeuil	適量	

材料・調味料	使用量	

盛付見本

西洋料理理論
15

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	チョコレートシフォンケーキ
	ピニャコラーダのジュレ　パッションソルベと共に

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・料理の最後を締めくくるデザートの位置づけを理解し、その大切さを実習を通して学ぶ。
・シフォンケーキ、ジュレ、ソルベ、ソースを作成し、その組み合わせを皿の上で表現する。

ポイント

・シフォンケーキは油脂としてサラダオイルを使用するのがポイント。
　メレンゲを立てて型に入れて焼いたのち、逆さにして置いておく。ふわふわの生地が落ちないためである。
・ジュレに使用する凝固剤はカラギーナンである。他にもゲル化剤はあるが、そのカラギーナンの特性を知り、食感などを憶えること。
・ゼラチンを使用する場合、パイナップルの果汁は分解酵素が働くので、沸騰させること。

教育到達点

・生地がよく混ざり合って型の中でふんわりと焼き上がっていること。

評価の目安と方法

・すべてのアイテムが作成できて、一つのアシェットデセールとしての一品に仕上がっていること。

持ち物に関する注意事項

・製菓専用の器具類に慣れること。

西洋料理実習
15

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	チョコレートシフォンケーキ
	ピニャコラーダのジュレ　パッションソルベと共に

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・シフォンケーキの製法について。
・ゼリー作成における凝固剤の違いを知る。
・ソルベの製法、スプーンで盛り付けるテクニックを学ぶ。

ポイント

・シフォンケーキはメレンゲの立て方が重要である。キメの細かいしっかりとしたメレンゲを立てて、合わせる時にはさっくりと合わせる。焼いたあと、型をひっくり返して置く。これは生地が落ち込むのを防ぐためである。
・カラギーナンの扱いは、あらかじめカラギーナンとグラニュー糖を合わせておくと、沸騰してきた水に溶けやすい。合わせてないとゴム状のダマを作ってしまう。

教育到達点

・皿盛りデザートとしての盛り付けが美しくできていること。
・ゼリーはほかのゲル化剤との違いが理解できること。

評価の目安と方法

・シフォンケーキは焼き上がりがふんわりとしていること。
・ソルベはスプーンで形よくすくえること。
・皿盛りしたときにバランスよく盛り付けてあること。

持ち物に関する注意事項

・ホイッパー、ゴムベラなどの扱いに慣れること。

献立名	番号	分量
Chocolate chiffon cake チョコレートシフォンケーキ	**15**	**5人分**

材料・調味料	使用量	
Pâte a chiffon		
poudre de cacao	12	g
eau bouillante	50	g
huile de salade	30	g
sucre vanille	20	g
bicarbonate de soude	1.3	g
sel	1.3	g
jaune d'œufs	40	g
farine	40	g
blanc d'œufs	85	g
sucre semoule	70	g
crème de tartre	0.5	g
Sauce chocolat		
lait	70	g
chocolat noir	80	g
Finition		
crème 38%	100	cc
sucre semoule	7	g
framboise	10	ケ

材料・調味料	使用量	
160℃ 35~40分 **160℃ オーブンに入れたら上火を切る。** **浮き上がってきたら上火を入れる。**		
盛付見本		

献立名	番号	分量
Gelèe de Piña colada avec sorbet de passion ピニャコラーダのジュレ パッションソルベと共に	15	5人分

材料・調味料	使用量	
Gelèe de Piña colada		
jus d'ananas	600	g
puree de coco	200	g
eau	200	cc
carraghenate	20	g
sucre semoule	30	g
jus de citron	20	cc
liqueur de piña colada	20	cc
Sorbet de passion		
puree de passion	350	g
eau	70	g
trimoline	45	g
sucre semoule	35	g
jus de citron	5	cc
stabilisateur（安定剤）	1	g
Composition		
nate de coco	25	ケ
feuille de menthe	5	枚
sorbet de passion	5	ケ

材料・調味料	使用量	

盛付見本

西洋料理理論
16

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	フランス産鴨胸肉のロースト 黒トリュフと季節の野菜と共に 半熟卵とアーティチョーク リッチなキャビアトーストとアーティチョークのホットドッグ仕立て グランマニエ香るスフレ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・ホテルのシェフをお招きしてフランス料理を学ぶ。
・鴨の手羽を使った濃厚なソースの作り方を学ぶ。
・アーティチョークの形状と掃除の仕方を学ぶ。
・スフレの原理を学ぶ。

ポイント

・時間をかけて炒めた手羽先がどのように変化しソースになること。
・アーティチョークの額と花芯の部分を取り除き、アスコルビン酸水に漬けて褐変を防ぐ。
・スフレ生地は手早く混ぜ、できるだけ空気を含ませた状態にする。
・器に塗るポマードバターは、上に向かってきれいにハケで塗る。

教育到達点

・手羽先を炒めデグラッセをしながら味の変化を理解する。
・鴨胸肉をロゼに焼き上げることができる。
・アーティチョークの旬や処理法を理解し調理できる。
・スフレの原理を理解し、真っすぐに膨らみ焼き上げることができる。

評価の目安と方法	
	・手羽先の旨味を引き出し濃厚なソースができている。 ・鴨胸肉がロゼにしっとりと焼き上がっている。 ・アーティチョウークを褐変させず調理できている。 ・スフレが真っすぐ上に膨らみ焼き上がっている。

持ち物に関する注意事項

包丁ケース
試食セット
講義ノート

西洋料理実習
16

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	フランス産鴨胸肉のロースト 黒トリュフと季節の野菜と共に 半熟卵とアーティチョーク リッチなキャビアトーストとアーティチョークのホットドッグ仕立て グランマニエ香るスフレ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・鴨胸肉のローストの仕方。
・ストーブ鍋を使った調理と効果を学ぶ。
・アーティチョークという食材を知る。
・メレンゲを利用しスフレを焼き上げる。

ポイント

・ストーブ鍋を利用し鴨を香ばしく焼き上げる。
・手羽をしっかりと炒めながらフォンを少量づつ数回に分け味を引きだしていく。
・アーティチョークは褐変しないようアスコルビン酸の水につける。
・メレンゲをしっかりと立て、泡をつぶさぬように混ぜ合わせる。

教育到達点

・ソースの濃度と味がどのように変化するのか確認できている。
・アーティチョークを適切に掃除し処理できている。
・スフレを真上に向かって真っすぐに高く膨らんで焼き上げることができる。

評価の目安と方法

・鴨がロゼに焼き上がり、濃厚なソースができている。
・アーティチョークのフリットが色、食感良く仕上がっている。
・スフレが真っすぐ上に膨らみ焼き上がっている。

持ち物に関する注意事項

包丁ケース
試食セット
講義ノート

献立名

Canard rôti au sautoir, poire cuite aux agrumes et truffe noire

フランス産鴨胸肉のロースト　黒トリュフと季節の野菜と共に

番号	分量
16	4人分

材料・調味料	使用量	
Canard et Jus de Volaille		
Suprême de canard (2 filets)	1	パック
Ailrons de Volaille	300	g
Carotte	50	g
Oignon	50	g
Fond de volaille	600	g
Vin rouge	600	g
Poire cuite aux agrumes		
Poire	2	ケ
Betterave zébra	100	g
Butternut	100	g
Huile d' olive	適量	
Zeste de citron et orange	1	ケ
Truffe noire	10	g
Pousse de petit pois	qs	
Confiture de cranberry		
Cranberry	300	g
Poire	50	g
Raisin sec	30	g
Vin blanc	60	g
thym,laurier		

材料・調味料	使用量	

盛付見本

献立名
Œuf mollet aux artichauts crousti-fondant,caviar sur crouton riche et hotdog de Camus
半熟卵とアーティチョーク　リッチなキャビアトーストとアーティチョークのホットドッグ仕立て

番号	分量
16	4人分

材料・調味料	使用量	
Œuf mollet aux artichaut		
Œuf (plus petit possible)	4	ケ
Artichaut poivrade	4	ケ
Béchamel	20	g
Épinard	150	g
Crème d' épaisse	適量	
Caviar oscietre	適量	
Velouté d' artichaut		
Fond d' artichaut	500	g
Fond blanc	1	ℓ
Poireau	1	ケ
Huile d' olive	適量	
Citron	1	ケ
Hotdog		
Fond d' artichaut cuit	1	ケ
Huile de friteuse		
AP:		
Œuf entier	1	kg
Sucre	213	g
Lait	1.5	ℓ
Polenta	60	g
Farine	20-25	g
B.P	2	g

材料・調味料	使用量	

盛付見本

献立名
Soufflée au grand manier グランマニエ香るスフレ

番号	分量
16	4人分

材料・調味料	使用量	
Crème pâtissière		
Lait entier	500	g
Beurre	20	g
Sucre semoule	100	g
Jaunes d' Œufs	90	g
Farine T45	12	g
Gousses de vanille	0.5	本
Grand manier	8	g
Crème pâtissière	210	g
Sucre	55	g
Blanc d' Œuf	90	g
180 degré 12 min		

材料・調味料	使用量	

盛付見本

西洋料理理論
17

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	豚のリエット
	ベーグル/桃の冷製スープ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・果物を使った料理について。
・発酵について学ぶ。
・クズ肉等の利用と保存について。

ポイント

・果物の甘さと塩味のバランスをとる。
・一次発酵のみで仕上げる。
・脂身を多く使い、滑らかに仕上げる。

教育到達点

・甘味と塩味のバランスを理解する。
・一般的なパン生地の作り方の違いを理解する。
・保存性の高め方を理解する。

評価の目安と方法

・ベーグルの作り方を理解し実践できる。
・リエットを滑らかに仕上げている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
17

教育内容

献立

西洋料理実習3・4	豚のリエット
	ベーグル/桃の冷製スープ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・桃の特徴を知り調理する。
・成形の四方と焼き方を学ぶ。
・脂の利用と水分量の保存性の関係。

ポイント

・桃は褐変しやすいのでレモン汁を利用する。
・生地は茹でたらすぐに焼き作業に入る。
・肉が柔らかくなるまで煮て、煮汁は煮詰める。

教育到達点

・ベーグルがしわなく、形よく焼き上がる。
・リエットが滑らかに仕上がる。

評価の目安と方法

・桃の味を生かしたスープが仕上がっている。
・ベーグルが形よく焼き上がっている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名

Riettes de porc

豚のリエット

番号	分量
17	5人分

材料・調味料	使用量	
Poitrine de porc	200	g
Épaule de Porc	200	g
Oignon	1/4	個
Ail	1/2	片
Thym	2	本
Laurier	1/2	枚
Sel	1.2	%
Eau	100	cc
Vin blanc	50	cc
Herbe de provençe	適量	
Poivre de noie	適量	

材料・調味料	使用量

盛付見本

献立名	番号	分量
Bagel ベーグル	17	5人分

材料・調味料	使用量	
Farine gruau	250	g
Levure	3	g
Sel	4	g
Sucre	15	g
Eau	140	cc
Eau	適量	
Sucre	1%	

材料・調味料	使用量	
Oignon	1/4	個
Avoocat	1/2	個
Cornichon	2	本
Roquette	1/2	パック
Carotto	1/2	本
Mayonnaise	適量	
Huile d'oliva(EXV)	適量	
Riettes de porc	適量	
ベンチタイム　15M		
発酵　35℃　30M		
焼き　200℃　20M		

献立名	番号	分量
Soupe de Peche glace con prosciutto モモの冷製スープ　生ハム添え	17	5人分

材料・調味料	使用量	
Peche	2	個
Yaourt	50	g
Crème	50	cc
Jus de Citron	1/8	個
Sirop	適量	
Sel	適量	
【Sirop】		
Peau de peche	2	個分
Eau	50	cc
Sucre	20	g
Grenadine	5	cc
Prosciutto	適量	

材料・調味料	使用量	

西洋料理理論
18

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	仔牛のサルティンボッカ　緑野菜添え　ゴルゴンゾーラチーズソース/アクアパッツァ ズッキーニと桜えびのスパゲッティー　ミントと黒コショウの香り チョコレートのムース

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・イタリアレストランのシェフをお招きしてイタリア料理を学ぶ。
・イタリアの伝統的な肉料理・魚介料理について学ぶ。
・パスタの茹で方と乳化について学ぶ。
・乳脂肪分の多い冷菓について学ぶ。

ポイント

・仔牛を薄くのばしたところにパンチェッタをのせ包丁の背でたたき密着させる。
・魚を焼いた際にでた油には臭みがあるので捨てる。
・オリーブオイルと水分の量が適切で、また乳化し濃度が出るように煮詰める。
・パスタは芯が残るように茹で、サクラエビのうまみがでたソースを吸わせることで香ばしい香りのするパスタに仕上げる。
・生クリームを加える際に分離しないよう、少量ずつ加え艶がある滑らかな生地に仕上げる。

教育到達点

・子牛肉とパンチェッタが剥がれずきれいに仕上がっている。
・アクアパッツァのソースが乳化し、また塩分濃度が良い加減で仕上がっている。
・仕上がったパスタがアルデンテに仕上がっている。
・ムース生地がふんわりと軽く、だまができず艶のある生地に仕上がっている。

評価の目安と方法	・パスタの茹で方とソースの乳化を理解し調理できている。 ・アクアパッツァの意味と調理法を理解し調理できる。 ・サルティンボッカで使われる食材を理解し調理できる。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
18

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	仔牛のサルティンボッカ　緑野菜添え　ゴルゴンゾーラチーズソース/アクアパッツァ ズッキーニと桜えびのスパゲッティー　ミントと黒コショウの香り チョコレートのムース

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・サルティンボッカの成形、火の入れ方を学ぶ。
・アクアパッツァで使用する魚の掃除の仕方を理解する。
・パスタの塩分濃度、ゆであげるタイミングを理解する。
・ゼラチンを使用しないチョコレートのムースを学ぶ。

ポイント

・仔牛肉は火が入りやすくし、柔らかく仕上げたいので肉たたきで３mmの厚さにする。
・チーズソースを作る際は沸かさないように生クリームを熱して、余熱でチーズ溶かしていく。
・魚は両面しっかりと焼き色をつけ水を入れ煮込み、、しっかり沸いたところにオイルを入れ乳化させていく。
・パスタのソースで使用する桜えびは香りをだしたいので、しっかりと炒る。
・溶けたチョコレートに卵黄を手早く混ぜ、生クリームは分離しないように３回に分けて入れていく。

教育到達点

・チーズソースはチーズの風味を消さずに仕上がっている。
・アクアパッツァのソースは水とオイルが分離せずに、しっかり乳化している。
・パスタを茹で上げるお湯の塩分濃度を理解する。
・きめの細かいメレンゲをしっかりとたてられる。

評価の目安と方法

・ガルニの食材はしっかりと切り揃えができていること。
・アクアパッツァのソースでは、水とオイルが分離せずに乳化していること。
・パスタの固さはアルデンテになっていること。
・ムースは冷やし固まっていて、なめらかなムース状に仕上がっていること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名
Acqua Pazza アクアパッツァ

番号	分量
18	5人分

材料・調味料	使用量	
Pesce Fresco	2	尾
Vongole	大10	個
Pomodori Secchi	大さじ2	
Acqua	1	カップ
Prezzemolo Tritato	大さじ1/3	
Olio Extravergine d'Oliva	1/2	カップ
Olio d'Oliva	適量	
Sale e Pepe	適量	
Basilico	12	枚

≪作り方≫

1. 鮮魚はヒレをキッチンばさみで切り落とし、ウロコを丁寧に引く。腹を割いて内臓、エラを取り、丁寧に水洗いする。
2. アサリは殻をこすり合わせて洗い、汚れを落として水けをきる。
3. 1の水けをふき取り、表面全体と腹の中、カマの内側までまんべんなく塩、コショウをする。
4. フライパンを熱してオリーブオイルを多めに入れ、3を入れて少し火を弱め両面をじっくり焼く。
5. 4のフライパンの余分なオイルを捨てて強火にし、2のあさり、自家製ドライトマトを加え、分量の水を注いでグラグラと煮立てる。
6. 5の煮汁を魚にレードルですくいかけながら火を通し、あさりの口が開いたら、EXV オリーブオイルをまわしかけ、ひと煮立ちさせる。
7. 6の煮汁がとろりとしたらパセリを加え、ひと煮して火を止め、器に盛る。
8. 仕上げにちぎったバジリコを飾る。

材料・調味料	使用量	
≪自家製ドライトマトの作り方≫		
ミニトマトのへたを取って横半分に切り、オーブンシートに敷いた天板に切り口を上にして並べ、軽く塩、胡椒をふる EXV オリーブオイルをかけ、94℃の低温のオーブンで2時間ほど焼き、オーブンから出して常温で半日から1日置いて自然乾燥させる。 （冷蔵庫で1週間～10日間日持ちする）		

盛付見本

献立名
Spuma di Cioccolato チョコレートのムース

番号	分量
18	5人分

材料・調味料	使用量	
Cioccolato	170	g
Albume	100	g
Zucchero granulato	25	g
Tuorlo	1.5	ケ分
Panna（35%）	75	cc
Lampone	30	ケ
Zucchero granulato	20	g
Succo di Limone	少々	
Menta	適量	
Zucchero in polvere	少々	
Sablé	適量	

材料・調味料	使用量	

盛付見本

献立名
Spaghetti con “Sakuraebi” e zucchini. profmato di menta e pepe nero ズッキーニと桜えびのスパゲッティー　ミントと黒コショウの香り

番号	分量
18	5人分

材料・調味料	使用量	
Spaghetti	150	g
Zucchina	2	本
SAKURAEBI	50	g
Menta	1/2	パック
Pepe nero	適量	
Olio Extravergine d'Oliva	適量	
Sale	適量	

材料・調味料	使用量	

盛付見本

献立名	番号	分量
Saltimbocca alla Romana Ortaggio verde Salsa di gorgonzola 仔牛のサルティンボッカ　緑野菜添え　ゴルゴンゾーラチーズソース	18	5人分

材料・調味料	使用量	
Vitello fesa	60ｇ×5	枚
Prosciutto	5	枚
Salvia	10	枚
Farina	適量	
Pancetta	20	g
Burro	適量	
Vino Bianco	少々	
Gorgonzola	100	g
Parmigiano	30	g
Panna（38%）	200	g
Cavoletti di Bruxelles	適量	
Asparagi	適量	
Piselli	適量	
SORAMAME	適量	
Purè di patate	適量	
Pepe nero	適量	

材料・調味料	使用量	

盛付見本

西洋料理理論
19

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	エスカルゴのブルゴーニュ風　エスカルゴの軽い煮込み
	柔らかく煮込んだ牛テールのクロケット　きのこソース

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・エスカルゴの歴史などをしっかり理解する。
・エスカルゴの下処理、エスカルゴバターの作り方、その応用を身に付ける。
・牛テールの下処理と火の入れ方を覚える。
・クロケットの整形とパネアングレーズ、揚げ方までを理解する。

ポイント

・エスカルゴは独特の香りがあるため水によくさらし、ニンニクでその臭みを取り除く。
・エスカルゴバターの作り方は、バターをポマード状にしてから進めること。
・クロケットをあげる油の温度は１７０℃強とする。

教育到達点

・エスカルゴの下処理をしっかり理解し調理できること。
・クロケットの揚げ方から整形までをしっかり理解できている。
・きのこソースの味、ツヤ、最後の仕上げに至るまでをしっかり理解する。

評価の目安と方法

・エスカルゴの臭みがしっかりとれ、バランスのとれたブルギニオンに仕上がっていること。
・クロケットの形も整え、バランスよく揚がっていること。
・きのこソースの味つやもよく仕上がっていること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
19

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	エスカルゴのブルゴーニュ風　エスカルゴの軽い煮込み
	柔らかく煮込んだ牛テールのクロケット　きのこソース

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・エスカルゴの下処理とした味のつけ方。
・エスカルゴバターの作り方とその応用。
・牛テールの下処理と火の入れ方。
・クロケットの整形とパネアングレーズ。
・クロケットの揚げ方。

ポイント

・エスカルゴ独特の香りを取るために良く水にさらす。
・バターをポマード状にする。
・クロケットを揚げるとき170℃より低い温度で揚げない。
・きのこソースのきのこはよくソテーし水分を飛ばす。

教育到達点

・エスカルゴの下処理を理解し調理できる。
・クロケットの揚げ温度や成形を理解できている。
・きのこソースの味、ツヤ良く仕上げるポイントを理解する。

評価の目安と方法

・エスカルゴの臭みが取れソースとのバランスが取れている。
・クロケットが形色よく仕上がっている。
・きのこソースの味、ツヤよく仕上がっている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名

Escargot à la Bourguignonne Fricassee d'Escargot

エスカルゴのブルゴーニュ風 エスカルゴの軽い煮込み

番号	分量
19	5人分

材料・調味料	使用量	
【Bourguinonne】		
Échalotte	1/2	ケ
Ail	1/2	片
Vin rouge	30	cc
Porto rouge	30	cc
Fond de veau	100	cc
Thym	2	本
【Court bouillon】		
Eau	1	ℓ
Vinaigre vin blanc	30	cc
Mirepoix	120	g
Sel. Poivre		
【Beurre d'escargot】		
Beurre	100	g
Échalotte	1/3	ケ
Ail	1/2	ケ
Persil plat	30	g
Persil	30	g
Dill	10	g
Jus de citron	1/6	ケ
Noix	15	g
Pastis		
Sel. Poivre		

材料・調味料	使用量	
【Fricassee】		
Champignon	4	ケ
Cèpe	3	枚
HONSIMEJI	1	パック
Échalotte	1	ケ
Ail	1/2	片
Beurre	20	g
Madere	50	cc
Fond de veau	200	cc
Crème	80	cc
Sel. Poivre	少々	
Ciboulette	適量	
Ciboulette Fleur	適量	

盛付見本

献立名
Croquette de Queue de Bœuf sauce Champignon 柔らかく煮込んだ牛テールのクロケット　きのこソース

番号	分量
19	5人分

材料・調味料	使用量	
Queue de Bœuf	110	g
Pomme de Terre	2	ケ
Beurre	70	g
Muscade	少々	
Sel.Poivre	少々	
Mozzarella（piccola)	8	ケ
【Pané à l'Anglaise】		
Mie de pain	適量	
Farine de gruau	適量	
Œuf	適量	
【Tuili】2班分		
Farine	15	g
Beurre	80	g
Eau	90	cc

材料・調味料	使用量	
Champignon	1	パック
SHIITAKE	4	枚
SHIMEJI(Blanc)	1	パック
Morille(sec)	2	g
Trompette	4	g
Beurre	20	g
Échalotte	1/2	ケ
Madère	50	cc
Crème	50	cc
Fond de Veau	200	cc
Sel.Poivre	少々	
Ail	1	ケ
Pentas	適量	

盛付見本

西洋料理理論
20

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	インゲン豆入りニョッキ
	タコのマリネ　グリーンソース

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・ニョッキの種類にも色々ある中の一つで、エミリア・ロマーナ州ピアチェンツァのもの。
パンが入って小麦粉を練って小さく成形して作ったニョッキで、豆とトマトが入ったソースで食べる。
・食材をマリネにする時、温かい時と冷たい時では味が違ってくる。生のタコを茹でカットして温かい状態でマリネにしたものと、すべてアッシェにした緑の食材を混ぜ合わせて作る。

ポイント

・ニョッキの生地を作る時に入れる水分量に注意してよく練りカット成形する。
・乾燥インゲン豆はたっぷりのお湯で茹で上げる。
・マリネ液に入れる緑の食材を丁寧にアッシェにし、味を調える。
・タコをボイルして温かい時にカットし、マリネすること。

教育到達点

・イタリアの地名を覚えて代表地方料理を知る。
・ニョッキ生地の作り方と成形方法。
・食材とマリネ液との融合。

評価の目安と方法

・ニョッキの大きさ、形が揃っていること。
・ソースと食材のバランスが適正。
・タコが十分にマリネされていること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
20

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	インゲン豆入りニョッキ
	タコのマリネ　グリーンソース

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・じゃが芋のニョッキにもう一手間かけたニョッキを作る。
・ソースを作る際の食材の炒め方と火加減。
・生のタコをボイルし、薄くカットする。
・グリーンソースの作り方。

ポイント

・ニョッキの生地を作る時に使う白インゲンの茹で汁の加減。
・ニョッキをカット、成形する時に小さいので直ぐに乾燥するので乾かないようにし、また重ならないようにすること。
・タコをカットする際は均一になるようにする。
・マリネ液を作る時、食材の味も考慮して作る。

教育到達点

・ニョッキの作り方、成形方法を覚える。
・ニョッキを十分なソースで煮込んであること。ソースの量は適正であること。
・タコの厚さ、大きさ、グリーンの食材のアッシェの大きさが揃っていること。

評価の目安と方法

・ニョッキの大きさ、形が揃っていること。
・ソースと食材のバランスが適正。
・タコが十分にマリネされていること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名
Pisarei e Fasó インゲン豆入りニョッキ

番号	分量
20	5人分

材料・調味料	使用量	
Fagioli	80	g
Farina	160	g
Pomodoro	1	ケ
Parmigiano	40	g
Cipolla	1/2	ケ
Pane Pest	10	g
Prezzemolo	1	枝
Basilico	3	枚
Pancetta	30	g
Olio Extravergine d'Oliva	少々	
Sale e Pepe Nero	少々	

材料・調味料	使用量	

盛付見本

献立名
Polpo in Salsa Verde タコのマリネ　グリーンソース

番号	分量
20	5人分

材料・調味料	使用量	
Polpo	1	本
Aglio	1/2	片
Prezzemolo	2	本
Cappero	40	粒
Peperone	1	ケ
Sedano	1/3	本
Acciuga	1	枚
Olive Dolci	5	ケ
Sale e Pepe	少々	
Olio Extravergine d'Oliva	130	cc
Succo di Limone	1	ケ分

材料・調味料	使用量	

盛付見本

西洋料理理論
21

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	イサキのインパナード
	イサキの紙包み焼き

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・魚の骨格を理解し、包丁を入れる。
・魚を焼き上げる際の火の入れ方について。
・インパナードとカルトッチョの調理法について。
・紙包み焼きの紙の包み方。

ポイント

・魚をおろす際、骨格を理解し骨に刃をあてながらおろす。
・インパナード、紙包み焼共にオーブンで仕上げるため、最初に火を入れ過ぎない。
・紙包み焼は折り目を重ねるように細かく織り込む。

教育到達点

・魚の骨格や包丁の使い方を理解する。
・インパナードという調理法を理解する。
・紙包み焼という調理法を理解する。
・それぞれの料理の仕上がり時の火の入り方を理解し調理できる。

評価の目安と方法

・魚の骨格を理解し、包丁を入れられる。
・料理の仕上がりまでの作業を理解し火を入れられる。
・紙包み焼の紙の折り方を理解し空気が漏れないよう折れる。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
21

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	イサキのインパナード
	イサキの紙包み焼き

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・包丁の入れ方を理解し魚を３枚におろす。
・魚のポアレの仕方。
・インパナードという調理法の習得。
・紙包み焼きという調理法の習得。

ポイント

・イサキをおろす時、できるだけ大きく包丁を使う。
・インパナードはバターをしっかりとポマード状にする。
・紙包み焼は仕上げをオーブンで行うため、最初に火を入れ過ぎない。
・紙包み焼は空気が漏れないようしっかりと閉じる。

教育到達点

・魚の3枚おろしができ、きれいなフィレが取れる。
・インパナードが香ばしく焼き上がっている。
・紙包み焼の包み方が理解でき、ふっくらと焼き上げられる。

評価の目安と方法

・イサキがきれいに卸せている。
・インパナードが色よく焼き上がっている。
・紙包み焼の紙がしっかりと膨らんで焼着上がっている。
・味のバランスが取れて、魚もふっくらと焼き上がっている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名
ISAKI Impanata イサキのインパナード

番号	分量
21	5人分

材料・調味料	使用量	
ISAKI	1人1	枚
Burro	25	g
Pangrattato	15	g
Parmigiano	25	g
Salvia	2	枚
Prezzemolo	2	枝
Sale・Pepe	適量	
Olio d'oliva	適量	
Limone	1/2	個

材料・調味料	使用量	
Indivia	1/2	個
Cipolla rossa	1/8	個
Cetriolo	1/2	個
Acqua	50	cc
Vino bianco	50	cc
Zucchero	13	g
Sale	4	g
Grano di pepe	0.1	g
Coriandolo	0.1	g
Alloro	1/4	枚
Aglio	1/4	片
Peperoncino	1/4	本

盛付見本

献立名
ISAKI al Cartoccio イサキの紙包み焼き

番号	分量
21	5人分

材料・調味料	使用量	
ISAKI	1人1	枚
Gambero	1人1	尾
Seppia	1/4	枚
Vongola	1人2	個
Cozza	1人1	個
Olive nero	1人2	個
Cappero	10	g
Pomodori secchi	1人2	個
Acciuga	1	枚
Aglio	1	片
Sale・Pepe	適量	
Olio d'oliva	適量	

材料・調味料	使用量	
Prezzemolo	1/4	パック
Vino bianco	50	cc
Acqua	50	cc
Olio d'oliva(EXV)	30	cc

盛付見本

西洋料理理論
22

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	モンサンミッシェル産ムール貝のワイン蒸し ソースプーレット
	ポーピエットタンバル型サーモンのファルス 白ワインソース

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・モンサンミッシェルのムール貝の特徴をよく理解すること。
・ムール貝の掃除のしかた、火入れを覚えること。
・ポーピエットの意味、調理法について自分なりにしっかりと理解する。
・白ワインソースの作り方を覚える。

ポイント

・ムール貝の身がしっかりと火が入るように調理時間を計算する。(火を入れすぎると硬くなるので要注意)
・サーモンのポーピエットはサーモンの厚さを一定にひろげることが重要である。
・白ワインソースは白ワインとヒューメドポワソンをしっかり煮詰めることによって味に深みを出していく。

教育到達点

・ムール貝の掃除から火入れに至るまでをしっかりと理解できている。
・ポーピエットの整形から火入れに至るまでをしっかりと理解できている。
・白ワイン、ヒューメドポワソンが徐々に煮詰まっていくまでの味の変化を理解していくこと。

評価の目安と方法

・ムール貝がふっくらと火が入っている（ジャストの火入れ）
・ポーピエットがきれいに整形でき、しっとりと火が入っている。
・白ワインソースの味、ツヤ、コクが申し分なく仕上がっている。
（煮詰め具合によって濃度が変わるので要注意）

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
22

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	モンサンミッシェル産ムール貝のワイン蒸し ソースプーレット
	ポーピエットタンバル型サーモンのファルス 白ワインソース

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・モンサンミッシェル産のムール貝を知る。
・ムール貝の掃除の仕方と火入れについて。
・ポピエットの意味と調理法について。
・白ワインソースの作り方。

ポイント

・ムール貝は身がふっくらと火が入るよう、時間など調節する。
・ムール貝は表面の藻や噛んでいる紐などをきれいに掃除する。
・サーモンのフィレを同じ厚さに広げ、ムースを塗り筒状に成形する。
・白ワインソースは白ワインやフュメをしっかりと煮詰める。

教育到達点

・ムール貝の掃除、火入れなどを理解する。
・ポピエットの成形や作り方を理解する。
・バプールを利用した火入れを利用できる。
・白ワインソースのそれぞれの煮詰めた時の味の変化を理解する。

評価の目安と方法

・ムール貝がふっくらと火が入っている。
・ポピエットがきれいに成形でき、しっとりと火入れできている。
・白ワインソースが味良く仕上がっている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名

Paupiette,Timbal,de Saumon et Peti Lèumes Sauce Vin Blanc

ポーピエットタンバル型サーモンのファルス 白ワインソース

番号	分量
22	5人分

材料・調味料	使用量	
Saumon	30ｇ×２	枚
SAKURA（葉）	1人1	枚
Pomme de terre/Carotte	各1	本
Courgett(Verte/Jaune)	各1	本
Epinard	1	束
Bouillon	100	cc
【Mousse de Homard】デモのみ		
Homard	5	本
Quenelle de Poisson	1.2	ｋｇ
Crème	400	cc
Blanc d'Œuf	120	ｇ
Noilly	100	cc
Sel.Poivre	少々	
【Sauce Américaine】デモのみ		
Homard	1	ｋｇ
Mirepoix ※1	少々	
Cognac	100	cc
Vin blanc	150	cc
Noilly	150	cc
Fummet de Poisson	1.8	ℓ
Tamate	2	ケ
Tomate Concentre	50	ｇ
Huil d'Olive	100	cc

※1
Oignon　100ｇ　　Carotte　100ｇ
Céleri　60ｇ　　Poireau　60ｇ
Champignon　30ｇ　　Ail　1/2片
Boquet garni　1束

材料・調味料	使用量	
【Sauce vin vin blanc】		
Crème	150	cc
Vin blanc	60	cc
Noilly	80	cc
Fumet de Poisson	200	cc
Champignon	3	ケ
Échalotte	1/2	ケ
Jus de Citron	1/8	ケ分
Beurre	30	ｇ
Sel.Poivre	少々	
Thym	1	枝
Estragon(酢漬け)	1	枝
焼き海苔	1人1	枚
Velouté	15	ｇ
IKURA	30	ｇ
Cerfeuil	適量	

盛付見本

献立名
“Mont Saint-Michel” Moules Marinières à la Poulette モンサンミッシェル産ムール貝のワイン蒸し ソースプーレット

番号	分量
22	5人分

材料・調味料	使用量	
Moules（Mont Saint-Michel）	30	ケ
Persil Plat	3～4	本
Cremè	50	cc
Vin Blanc	80	cc
Eau	100	cc
Jus de Citron	1/4	ケ分
Ail	1/2	ケ
Beurre	20	g
Jaune d'œuf	1	ケ
Cremè	30	cc

材料・調味料	使用量	

盛付見本

西洋料理理論
23

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	あさりとジェノベーゼのパスタ／仔羊肉の煮込み　カチャトーラ風
	パンナコッタ パッションフルーツソース

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・イタリアレストランシェフをお招きしてイタリア料理を学ぶ。
・ジェノベーゼソースの作り方を学ぶ。
・子羊の部位を理解し、掃除の仕方を学ぶ。
・イタリアの郷土菓子を学ぶ。

ポイント

・松の実とクルミはオーブンでローストし香ばしい香りを出しソースに深みを出す。
・バジルの葉は香りを損なわないように、水で濡らさず使用する。
・子羊肉の筋に肉をつけないよう、包丁の刃を上向きにし優しく手前に引くようにして筋をとる。
・メレンゲと生地を混ぜ合わせる際、気泡を潰さないように手数を少なく混ぜふんわりと仕上げる。

教育到達点

・パスタにジェノベーゼソースを吸わせてアルデンテに仕上げられていること。
・子羊肉の部位を理解し、掃除ができていること。
・ティラミスの生地が潰れずふんわりと仕上がっていること。

評価の目安と方法

・パスタを茹でる際の塩分濃度と利用法を理解している。
・パスタがアルデンテの状態で仕上げることができる。
・カチャトーラの意味を理解し調理できる。
・マスカルポーネ、メレンゲ、クリームがしっかりと立ち、良い状態で仕上がっている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
23

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	あさりとジェノベーゼのパスタ／仔羊肉の煮込み　カチャトーラ風
	パンナコッタ パッションフルーツソース

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・ジェノベーゼソースを学ぶ。
・カチャトーラという料理を知る。
・ドルチェを学ぶ。

ポイント

・ジェノベーゼソースで使用する松の実とくるみは炒っておく。
・バジルは香りが損なわれないように洗わず手でちぎる。
・玉葱、人参、セロリの香味野菜はきつね色になるまでじっくり炒める。
・メレンゲを作る際には氷水にしっかりあて、グラニュー糖は３回に分けて加える。角が立つまでしっかりと泡立てる。

教育到達点

・ジェノベーゼソースは香りが損なわれずに仕上がっている。
・カチャトーラを作る際、それぞれの工程に合った煮詰め方を理解する。
・ティラミスを作る際メレンゲを立てたり、混ぜ合わせる工程は適切に作業ができる。

評価の目安と方法

・パスタがアルデンテで仕上がっている。
・ジェノベーゼソースが香り良く仕上がっている。
・カチャトーラでソフリットの甘みとコクが引き出せ仕上がっている。
・ティラミスがふんわりとしっかりとした状態で仕上がっている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名
Pasta di Genovese con Vongole あさりとジェノベーゼのパスタ

番号	分量
23	5人分

材料・調味料	使用量	
linguine piccole	250	g
vongole	800	g
patate	1	個
fagioli verdi	15	本
olio d'oliva	大さじ	3
aglio	1	片
peperoncino	1	本
prezzemolo	適量	
vino bianco	150	cc
pepe bianco	少々	
pesto genovese	大さじ	4
pinoli	10	g
basilico	1	枝

材料・調味料	使用量	
Pesto genovese 約2カップ分		
basilico	50	g
pinoli	70	g
noce	30	g
aglio	1	片
sale・pepe bianco	各適量	
olio d'oliva	1	カップ
parumigiano	30	g

盛付見本

献立名	番号	分量
Agnello alla Cacciatora 仔羊肉の煮込み　カチャトーラ風	23	5人分

材料・調味料	使用量	
agnello	750	g
sale・pepe・farine	各適量	
olio d'oliva	大さじ	3～4
aglio	2	片
aceto di vino bianco	大さじ	3～4
vino bianco	200	mℓ
cappero	大さじ	2
olive nere	15	個
brodo	200	mℓ
prezzemolo	適量	
rosmarino	2～3	枝

材料・調味料		使用量	
香味野菜			
Cipolla	みじん切り	1/4	個
Carota	みじん切り	1/5	本
Sedano	みじん切り	1/5	本
aglio（みじん切り）		大さじ	1
olio d'oliva		大さじ	2
fagioli bianchi（茹でたもの）		120	g
succo di l imone		少々	
fagioli verdi（細め）		15	本
pomodoro		小5	個
burro		大さじ	2

献立名	番号	分量
Panna cotta al caffe con salsa di frutto della passione パンナコッタ　パッションフルーツソース	23	5人分

材料・調味料		使用量	
A	Pnna	500	cc
A	Chicchi di caffè	40	粒
A	Buccia d'arancia	1/2	個分
A	Scorza di limone	1/2	個分
A	cannella	1/2	本
A	Zucchero granulato	70	g
Gelatina		5	g
Foglie di menta		適量	
Zucchero granulato		大さじ5	
Frutto della passione		10	ケ

材料・調味料	使用量	

西洋料理理論
24

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	スズキのザバイオーネ　トマト風味
	トレビスのリゾット/白身魚とアスパラガスのリゾット

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・イタリア北部でよく食べられている米料理の一つであるリゾット。日本のおじややおかゆにも似ているが、でんぷん質の少ないイタリア米を使うと粒がくっつきにくく、チーズやバターでとろみをつける。赤ワインを使ったトレビスのリゾットと魚のブイヨンを使ったリゾットを作る。
・卵黄、ワインで掻き立てたソースで、砂糖が入るとデザートになる。湯せんにかけて立てるので、温度が高すぎると固まってしまうので温度管理をしっかり行う。トマトの水分を抜いてから加えトマト風味にする。

ポイント

・鍋の火加減を注意する。
・米の硬さをみながらブイヨンの量を調整し、出来上がりの濃度を調える。
・魚の大きさを揃えカットする。
・ザバイオーネのベースになる発泡性ワインの煮詰め具合。

教育到達点

・一粒一粒がでんぷん質でくっつかないように仕上げ、仕上がりが硬すぎない、また柔らかくならないようにする。
・卵黄の固まる温度に注意しながら掻き立てること。
・魚の大きさ厚みを理解する。

評価の目安と方法

・リゾットの火加減の調節ができていて、仕上がりの濃度の加減が適正。
・魚の大きさ焼き具合、ザバイオーネのトマトが入った時の濃度。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
24

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	スズキのザバイオーネ　トマト風味
	トレビスのリゾット/白身魚とアスパラガスのリゾット

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・イタリア米を使い、ブイヨンの加えるタイミングや量を覚える。
・リゾットの仕上がりの硬さと濃度について。
・魚の大きさを揃えて切り揃える。
・ザバイオーネの作り方と応用。

ポイント

・リゾットを作る時の火加減に注意をし、焦がさないよう必要以上の水分を使わないように調節する。
・米を入れてからかき混ぜすぎないよう注意をし、仕上げる時にはお皿に盛る時の濃度を確認しながら仕上げる。
・魚の場所によっての厚み、大きさを理解すること。
・ワインの煮詰め具合と湯煎の温度。

教育到達点

・リゾットの仕上がった時の米の硬さ・濃度がわかる。
・調理作業時の火加減の調整。
・魚を切り揃えるためにはかりをを使って切り揃える。
・ザバイオーネの濃度調整のためにはワインの煮詰め方も重要であることの理解。

評価の目安と方法

・リゾットのお皿に盛られた時の状態が適切であること。
・魚の大きさが揃っていてザバイオーネが軽く仕上がっていること。
・調理作業時の火加減が適切。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名	番号	分量
Branzino alle Zabaione di Pomodoro スズキのザバイオーネ　トマト風味	24	5人分

材料・調味料	使用量	
Branzino	1人1	切れ
Pomodoro	1	ケ
Tuorlo	2	ケ分
Vino Bianco	100	cc
Vino Spumante	150	cc
Scalogno	1/2	ケ
Alloro	1/2	枚
Chiodi di Garofano	3	ケ
Burrro	10	g
Sale e Pepe	適量	
Patate	1人1/2	ケ

盛付見本

献立名	番号	分量
Risotto alla Trevigiana トレビスのリゾット	24	5人分

材料・調味料	使用量	
Treviso	1	本
Prosciutto Crudo	3	枚
Cipolla	1/2	ケ
Burro	10	g
Riso	300	g
Vino Rosso	50	cc
Brodo di Pollo	1	ℓ
Parmigiano Grattugiato	40	g
Sale e Pepe	適量	

材料・調味料	使用量	
Prezzemolo	1/4	パック
Vino bianco	100	cc
Acqua	100	cc
Olio Extravergine d' Oliva	30	cc

献立名	番号	分量
Risotto con Filetto di Pesce e Asparagi 白身魚とアスパラガスのリゾット	24	5人分

材料・調味料	使用量	
Pesce	100	g
Asparagi	5	本
Riso	250	g
Olio Extravergine d'Oliva	50	g
Sale e Pepe	少々	
Scalogno	1/2	ケ
Aglio	1/2	片
Alloro	1/2	枚
Salvia	3	枚
Brodo di Pesce	800	cc

材料・調味料	使用量	

西洋料理理論
25

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	オマール海老のラビオリ　シャンピニオン添え
	鶏もも肉の赤ワイン煮込み

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・フランス人シェフをお招きして伝統的なフランス料理を学ぶ。
・圧力鍋の特性・使用方法を理解する。
・オマールエビの構造・おろし方を学ぶ。
・ラビオリの作り方を学ぶ。

ポイント

・圧力鍋は高温・高圧で火を通すためしっかりと蓋を閉じ、火加減を弱く保つ。
・頭と体の間に刃を入れ薄い膜を切り、捻りながら頭と胴を切り離す。
・ラビオリ生地に具材を乗せ重ね合わせる際、茹でた時に具材が漏れないように空気をしっかり抜いて重ね密着させる。

教育到達点

・圧力鍋の特性・使用方法を理解し適正に使えていること。
・オマールエビの構造を理解しおろし方・茹で方を理解できていること。
・ラビオリの具材が飛び出さず、きれいな状態で盛りこめていること。

評価の目安と方法	
	・圧力鍋の扱い方、効果を理解して調理できる。 ・オマールエビの茹で時間を理解し調理できる。 ・オマールエビのソースを香りと味を引き出し滑らかに仕上げられる。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
25

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	オマール海老のラビオリ　シャンピニオン添え
	鶏もも肉の赤ワイン煮込み

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・圧力鍋を用いての煮込み料理を学ぶ。
・ラビオリの作り方、成形の仕方を学ぶ。
・オマール海老の掃除の仕方を理解する。

ポイント

・ソースに濃度をつけやすくするため、食材を炒め薄力粉を加える。
・鶏肉はフライパンでしっかりと焼き色をつける。
・オマール海老は沸いたお湯に3分間ボイルし、しっかりと氷水で冷やす。
・ラビオリを包む際は、刷毛と水を用意して茹でる際に中身がでないようにしっかりと包む。

教育到達点

・圧力鍋の使い方を理解する。
・赤ワインの煮込み料理を理解する。
・オマール海老の部位、掃除の習得。
・ソースを漉すタイミングが正しくできていること。

評価の目安と方法

・圧力鍋を使い短時間で鶏肉が柔らかく仕上がっていること。
・ソースは丁度良い濃度、味に仕上がっていること。
・ラビオリは中から具材がこぼれないように茹でられていること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名
Raviole de Homard aux Champignon オマール海老のラビオリ　シャンピニオン添え

番号	分量
25	5人分

材料・調味料	使用量	
Homard	1	本
SHIMEJI	1/2	パック
MAITAKE	1/2	パック
Échalote	適量	
Cerfeuil	1/4	パック
Estragon	1/4	パック
Sauce Homard	100	cc
Gyoza Pâte	1人6	枚
【Sauce Homard】		
Carotte	1/4	本
Oignon	1/4	本
Échalote	1/4	本

材料・調味料	使用量	
Coriandre	適量	
Ail	1	片
Céleri	30	g
Crème	300	cc
Estragon	少々	
Cognoc	少々	
Vin Blanc	300	cc

盛付見本

献立名
Coq au Vin 鶏もも肉の赤ワイン煮込み

番号	分量
25	5人分

材料・調味料	使用量	
Cuisee de Poulet	5	本
Oignon	1	ケ
Farine	10	g
Ail	1	片
Tomate Fraichea	2	ケ
Tomate Concentre	30	g
Thym	1	本
Laurier	1	枚
Coriandre	30	粒
Vin Rouge	500	cc
Fond de Veau	300	cc

材料・調味料	使用量	
Tagliatelle	200	g
Gruyere Râpe	100	g
Créme	100	cc
Beurre	50	g

盛付見本

西洋料理理論
26

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	ブラマンジェ タピオカ入りココナッツスープ パイナップルソルベ添え
	プレオール（フィユタージュ　ラピッド）

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・料理の最後を締めくくるデザートの位置づけを理解し、その大切さを実習を通して学ぶ。
・ムース、スープ、フルーツカット、ソルベ、折りパイを作成し、その組み合わせを皿の上で表現し、一つの作品とする。

ポイント

・アーモンドの香りをひき出して、軽いムースに仕立てるブラマンジェは牛乳とスライスしたアーモンドを一緒にミキサーで粉砕して味を引き出すようにする。
・タピオカは火が通ったら冷水で洗い、水に浸してくっつかないようにしておく。
・速成折りパイは冷凍庫を利用して折る回数、方向を把握して、手際よく伸していく。

教育到達点

・ムースを作るにあたって凝固剤であるゼラチンの使い方が理解できている。
・折りパイを作って、その利用方法を理解できている。

評価の目安と方法

・すべてのアイテムが作成できて、一つのアシェットデセールとしての一品に仕上がっていること。

持ち物に関する注意事項

・めん棒の使い方
・包丁セット
・筆記用具

西洋料理実習
26

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	ブラマンジェ タピオカ入りココナッツスープ パイナップルソルベ添え
	プレオール（フィユタージュ　ラピッド）

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・ブラマンジェの製法、タピオカの火の入れ方、ソルベの仕込みを理解して、アシェットデセールの盛り付けを学ぶ。
・料理の最後にコーヒーや紅茶と共に用意する小菓子をパイ生地で作って学ぶ。
・ソルベの製法、スプーンで盛り付けるテクニックを学ぶ。

ポイント

・ブラマンジェは牛乳にアーモンドの香りを充分にひき出して、立てた生クリームを合わして軽いムースに仕込むこと。
・タピオカは芯が残らないようにゆでる。ゆですぎに注意。
・速成折りパイはやわらかすぎないように仕込む。巻く時には平均して同じ太さになるようにする。

教育到達点

・それぞれがきちんと作成できていて、アシェットデセールとは違い、スープを使ったスタイルがバランスよく盛られていること。

評価の目安と方法

・ブラマンジェはスライスアーモンドが口に残らないように滑らかに仕込んであること。
・プレオールはパイをめん棒でうすく伸して、小判型に焼けている。

持ち物に関する注意事項

・めん棒の扱い方
・包丁セット
・筆記用具

献立名

Blanc mange,soupe de lait de coco et tapioca avec sorbet d'ananas

ブラマンジェ、タピオカ入りココナッツスープ　パイナップルソルベ添え

番号	分量
26	5人分

材料・調味料	使用量	
amande roti ローストアーモンド	80	g
lait 牛乳	410	g
gelatine ゼラチン	8	g
sucre senoule グラニュー糖	62	g
crème 生クリーム	225	g
tatioca タピオカ	15	g
lait 牛乳	150	g
sucre semoule グラニュー糖	15	g
puree de coco ココナッツピューレ	150	g
crème 生クリーム	45	g
puree d'ananas パイナップルピューレ	200	g
eau 水	100	g
sucre semoule グラニュー糖	60	g
trimoline トレモリン	5	g
jus de citron レモンジュース	5	g

材料・調味料	使用量	

盛付見本

献立名
Pré Or プレオール

番号	分量
26	5人分

材料・調味料	使用量	
farine 薄力粉	38	g
farine de force 強力粉	38	g
beurre バター	55	g
eau froide 冷水	38	g
sel 塩	1	g
poudre de cannelle シナモンパウダー	適量	
sucre semoule グラニュー糖	適量	
sucre glace 粉糖	適量	

材料・調味料	使用量	

盛付見本

西洋料理理論
27

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	豚のロースト
	大麦のスープ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・塊肉の縛り方の習得。
・金串を使った肉の中心温度のかくにんの仕方。
・野菜のみじん切りを通し切り方の技術向上。

ポイント

・豚肉を低温でローストし、程よく脂を抜きながら焼き色を付ける。
・肉の中心温度を確認し、80℃強に仕上げる。
・野菜をじっくりと炒め野菜の甘みを引き出す。

教育到達点

・肉の縛り方を理解する。
・中心温度の見方を理解し実践できる。
・野菜のいため方による味の変化を知る。

評価の目安と方法

・肉の縛り方を理解し実践することができる。
・肉の中心温度のはかり方を理解し実践できる。
・炒め方による野菜の味の変化を理解する。

持ち物に関する注意事項

・めん棒の使い方
・包丁セット
・筆記用具

西洋料理実習
27

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	豚のロースト
	大麦のスープ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・肉の成型と縛り方の習得。
・肉の焼き上げと中心温度の確認。
・野菜のいため具合による味の変化の確認。

ポイント

・肉を縛るとき強く縛りすぎず、均等に成形しながら縛る。
・金串をさし指でどの程度刺したかの場所を確認し中心温度を測る。
・弱火でじっくりと炒め、色付けないように甘みを引き出す。

教育到達点

・肉を形よく縛ることができる。
・肉にしっかりと火が入り、パサつかないように焼き上げることができる。
・野菜のみじん切りが均等に切れる。
・野菜の甘みを引き出すことができる。

評価の目安と方法

・豚のローストが形よく焼きあがっている。
・豚のローストの中心がしっとりと焼きあがっている。
・大麦のスープの甘味と塩味がバランスよく仕上がっている。

持ち物に関する注意事項

・めん棒の扱い方
・包丁セット
・筆記用具

献立名
Maiale di arrosto 豚のロースト

番号	分量
27	5人分

材料・調味料	使用量	
Pancia di Maiale	500	g
Rosmarino	1	枝
Salvia	1	枝
Aglio	1/2	片
Prezzemolo	2	枝
Sale . Pepe	適量	
Limone	1/2	個
Pommery　Moutarde	30	g

材料・調味料	使用量	
Patate	2	個
Burro	30	g
Latte	100	cc
Panna	50	cc
Noce Moscata	適量	
Rucola	1/2	パック

盛付見本

献立名
Minestra d'Orzo 大麦のスープ

番号	分量
27	5人分

材料・調味料	使用量	
Orzo	80	g
Pancetta	50	g
Patata	1	個
Cipolla	1	個
Carata	1	本
Sedano	1/2	本
Aglio	1	片
Brodo	1	ℓ
Prezzemolo	1/4	パック
Olio d'oliva	30	cc

材料・調味料	使用量	

盛付見本

西洋料理理論
28

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	牛フィレ肉のパイ包み焼き　ソースペリグーディヌ
	付け合せ4種、じゃが芋のムース 人参のグラッセ きのこのフラン 芽キャベツのプレゼ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・牛フィレ肉の下処理と整形を理解する。
・肉の縛り方、デュクセルの付け方、パイの包み方をしっかりと覚える。
・ソースペリグーについて理論的に覚える。

ポイント

・牛ヒレ肉の部位の部分をしっかりと理解し、同じ太さに整形する。
・牛フィレ肉をしっかりと焼き色をつけ、パイで包むことができる。
・これをオーブンで火を通し、中心温度６８度のミディアムレアに仕上げることができる。
・ソースペリグーについて。トリュフの炒め方、マデラ酒、ポルトー酒の煮詰め、この中にフォンドヴォーを加え、さらに塩こしょうで味を整えミロワール状になるように仕上げる。

教育到達点

・牛フィレ肉の整形からパイをまくところまでをしっかりと理解する。
・ソースペリグーの色、味、ツヤがしっかりとできること。
・付け合わせのじゃが芋のムース、キャロットグラッセ、フランなどが仕上げることができる。

評価の目安と方法

・パイに焼き色がむらなくついていること。
・中心のフィレ肉がミディアムに仕上がっていること。
・おさらにバランスよく牛肉、付け合わせがもりつけられていること。
・ソースの味、濃度、ツヤが申し分なく仕上がっていること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
28

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	牛フィレ肉のパイ包み焼き　ソースペリグーディヌ 付け合せ4種、じゃが芋のムース 人参のグラッセ きのこのフラン 芽キャベツのプレゼ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・牛フィレ肉の下処理と整形。
・肉の縛り方とパイ包みについて。
・デュクセルについて。
・ソースペリグーについて。
・シャトー剥きやフランなど基本のガルニチュールについて。

ポイント

・牛フィレ肉の部位を理解し、同じ太さに整形する。
・牛フィレ肉にしっかりと焼き色を付け冷ましたものをパイで包む
・ソースペリグーのマデラ酒、ポルト酒をしっかり煮詰める。

教育到達点

・牛フィレ肉の整形までをしっかりと理解する。
・ソースペリグーの味、色、ツヤがしっかりとできる。
・じゃが芋のムース、フランが滑らかにできる。
・キャロットグラッセがツヤ良く仕上げることができる。

評価の目安と方法

・パイに焼き色良く付き牛フィレ肉がアポワンに仕上がっている。
・お皿にバランスよく綺麗に盛り込めている。
・ソースが味、濃度、ツヤ良く仕上がっている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名
Pomme Moussline/Carotte Gracer/Flan de champignon/Chou de Bruxelles braises
じゃが芋のムース/人参のグラッセ/きのこのフラン/芽キャベツのブレゼ

番号	分量
28	5人分

材料・調味料	使用量	
【Pomme Moussline】		
Pomme de Terre	250	g
Créme	100	cc
Lait	60	cc
Muscade	少々	
Beurre	20	g
Sel.Poivre	少々	
【Carotte Gracer】		
Carotte	1	本
Carotte(jaune)	1/2	本
Beurre	20	g
Sucre	5	g
Sel.Poivre	少々	

材料・調味料	使用量	
【Flan de champignon】		
Champignon		
Cèpes		
Glace de Viand	50	cc
Créme	150	cc
Œuf	1.5	ケ
Sel.Poivre	少々	
【Chou de Bruxelles braises】		
Chou de Bruxelles	1人2	ケ
Oignon	1/2	ケ
Bacon	20	g
Beurre	20	g
Bouillon	150	cc
Sel.Poivre	少々	

盛付見本

献立名

Filet de Bœuf en Croûte Sauce Périgour

牛ヒレ肉のパイ包み焼き ソースペリグーディヌ

番号	分量
28	5人分

材料・調味料	使用量	
Filet de bœuf	1	本
Crêpe	4	枚
Feuilletage	1	枚
【Duxselles】		
Champignon	1	パック
Cèpes	4	枚
Échalotte	1/2	ケ
Beurre	30	g
Béchamel	80	g
Sel.Poivre	少々	
Crème	80	cc
【Sauce périgour】		
Truffes	10	g
Jus de t ruffe	適量	
Madère	30	cc
Porto rouge	30	cc
Cognac	10	cc
Beurre	10	g
Fond de veau	150	cc
Sel.Poivre	少々	

材料・調味料	使用量	
【Garniture 4kind】		
Pomme Moussline		
Carotte glacer		
Flan de champignon		
Chou de bruxelles braises		
盛付見本		

西洋料理理論
29

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	枝豆のムース　人参のソース 小鯛のデュクセル詰め　チーズパン粉焼き　シブレット風味の白ワインソース

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・鯛の旬。
・枝豆の収穫時の見分け方。
・ブルテ、デュクセルについて。

ポイント

・鯛を三枚におろしデュクセルをキレイに詰める。
・枝豆と生クリームを合わせる際の温度に注意する。

教育到達点

・魚は骨に沿っておろせている。
・鯛にフィーヌゼルブをきれいにナッペできている。

評価の目安と方法

・枝豆のムースが型良くきれいに盛りつけられていること。
・ソースの濃度、味が丁度良く仕上がっていること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
29

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	枝豆のムース　人参のソース
	小鯛のデュクセル詰め　チーズパン粉焼き　シブレット風味の白ワインソース

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・枝豆のムースなど野菜ブルテを使ったのムース。
・人参のソースなど野菜のブルテを使ったソース。
・小鯛の3枚おろし。
・デュクセルについて。

ポイント

・枝豆は柔らかく茹でる。
・枝豆は柔らかく茹でる生クリームとゼラチンを分離しないように合わせる。
・人参とエシャロットを良く炒め甘みと香りを引き出す。
・小鯛は中骨を取り除き形よくデュクセルを詰めて成形する。

教育到達点

・小鯛の3枚おろしを理解し綺麗に卸せる。
・小鯛のフィレに形よくファルスし成形できる。
・枝豆のムースが色よく滑らかに仕上がる。

評価の目安と方法

・小鯛のデュクセル詰めが色よく焼き上がっている。
・小鯛のデュクセル詰めが形よく整形できておりお皿にバランスよく盛り込めている。
・枝豆のムースが滑らかに仕上がっている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名

Mousse d'EDAMAME au Coulis de Carote

枝豆のムース　人参のソース

番号	分量
29	5人分

材料・調味料	使用量	
EDAMAME	170	g
Consommé	100	cc
Gélatine	1	枚
Crème	100	cc
Jus de citron	1/4	ケ
Asperge	1人1	本
Sel,Poivre	少々	
Carotte	1/2	本
Échalote	1/4	ケ
Beurre	30	g
Bouillon	200	cc
Huile d'Oliva（EX)	少々	
Estragon	1	枝
Vinaigre	15	cc

材料・調味料	使用量	

盛付見本

献立名
Daurade Farcie a la Duxelles Sauce Vin Blanc au Ciboulette 小鯛のデュクセル詰め　チーズパン粉焼き　シブレット風味の白ワインソース

番号	分量
29	5人分

材料・調味料	使用量	
Daurade	2.5	尾
Persil plat	1/2	パック
Champignon	1	パック
Échalotes	1/2	ケ
Cerfeuil	1/3	パック
Mie de Pain	30	g
ENOKI	1	パック
Fromage	30	g
SHIMEGI	1	パック
Poireau	1/4	本
Tomate	1	ケ
St-jacques	1	ケ
Ciboulette	適量	
Huile d'olive	適量	
Créme	50	cc

材料・調味料	使用量	
【Sauce vin blanc】		
Fumet de Poisson	200	cc
Vin Blanc	120	cc
Créme	70	cc
Velouté	35	g
Beurre	20	g
Échalote	1/4	ケ
Champignon	1	ケ
Jus de citron	適量	
Tomate	1/2	ケ
【Velouté】		
Beurre	100	g
Farine	100	g
Fumet de Poisson	1	ℓ

盛付見本

西洋料理理論
30

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	アニョロッティーニ （ダル　プリン）
	グラナチーズの衣揚げ　バルサミコ風味

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・パルミジャーノ・レッジャーノの兄弟分と言われるグラナ・パダーノ。北イタリアの6州でのみで生産されている長期熟成ハードタイプのチーズ。パルミジャーノ・レッジャーノと比較して色、風味をみる。
・北イタリアピエモンテ州の詰め物パスタ　アニョロッティーニ。プリンとはつまむというピエモンテの方言で、詰め物を包み両端をつまんで仕上げる。生パスタ・詰め物を作り仕上げていく。

ポイント

・グラナチーズが割れやすいためカットに気を付け、衣を付けて揚げる。衣をたっぷり付けないと油に溶け出すので、衣を付ける時は気を付ける。
・生パスタの水分量に気を付け練り、パスタマシーンで伸ばいた時にくっつかないように注意する。
・詰め物は多すぎないようまた間隔を開け過ぎないように置く。
・つまむ時には、ちゃんと包まれているか確かめながらつまむ。

教育到達点

・パルミジャーノ・レッジャーノとグラナ・パダーノとの風味の違いを理解する。
・衣の作り方・揚げものをする時の注意点を確認する。
・詰め物パスタの作り方。

評価の目安と方法

・グラナチーズははみ出すことなく揚っていて、色も均一に付いていること。
・アニョロッティーニの具の野菜のカットが均一で味が整っていること。
・手際良く包み込み、つまんでいること。
・ソースのセージバターはセージの風味が出ていること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
30

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	アニョロッティーニ （ダル　プリン）
	グラナチーズの衣揚げ　バルサミコ風味

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・グラナチーズ、衣の作り方を知り、トロリとしたグラナチーズをバルサミコのソースで試食する。
・生パスタ、包み込まれる具をを作り、詰め物パスタを作る。
・アニョロッティーニの形、大きさを覚える。
・セージバターの作り方。

ポイント

・チーズを衣につける時は、チーズ全体につくようにすること。
・生パスタの水分量に注意しながら、伸ばしたパスタが乾かないよう、またくっつかないようにする。
・詰め物を乗せる時、間隔を開け過ぎないようにして空気が入らないように閉じていく。
・アニョロッティーニの大きさを揃える。
・セージバターの焦がし具合。

教育到達点

・揚げ衣の濃度また揚げ油の温度が適正である。
・生パスタの生地が適正で詰め物の間隔が一定である。
・アニョロッティーニ（ダル プリン）。

評価の目安と方法

・出来上がりのチーズは、色が均一に付いていて中身のチーズが溶けだしていないこと。
・詰め物の味、水分が適正なこと。
・アニョロッティーニの大きさ形が揃っていること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名
Agnolottini (dal Plin) アニョロッティーニ （ダル　プリン）

番号	分量
30	5人分

材料・調味料	使用量	
【Ripieno】		
Burro	20	g
Olio d'Oliva	30	g
Erbe（Rosmarino・Salvia・Timo）	各1	枝
Alloro	1	g
Scalogno	1/2	ケ
Cipolla	1/2	ケ
Sedano	1	本
Carota	1/4	本
Porro	1/8	本
Maiale	80	g
Vitello	80	g
Vino Bianco	50	cc
Brodo	200	cc
Riso	30	g
Spinacio	1/2	g
Uovo	1/4	ケ
Grana Padano	30	g
Noce Moscata	少々	
Burro	100	g
Sale e Pepe	適量	
Salvia	1	枚

材料・調味料	使用量	
【Pasta】		
Farina	300	g
Uovo	2	ケ
Tuorli	1	ケ分
Acqua calda	10	cc
Olio d'Oliva	少々	
Sale e Pepe	適量	

盛付見本

献立名
Grana Pastellato al Balsamico グラナチーズの衣揚げ　バルサミコ風味

番号	分量
30	5人分

材料・調味料	使用量	
Grana Padano	150	g
Farina	75	g
Vino Bianco	30	cc
Uovo	1	ケ
Pepe nero/Sale		
Olio per Friggere		
Aceto Balsamico	50	cc
Miele	10	cc

材料・調味料	使用量	

盛付見本

西洋料理理論
31

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	ブロッコリーと甘海老のシャルロット仕立て　クレソンソース
	オマール テルミドール

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・加熱法の違いによる状態の違いを知る。
・乳化のさせ方と分離した場合の修復法について。
・オマールの砂袋と背わたのそうじについて。
・ベシャメルソースの作り方のポイント。

ポイント

・ブロッコリーを蒸すことにより、旨味が抜けない。
・レシチンが働きやすい温度で少量ずつ乳化させる。
・小麦粉をバターでしっかりと炒める。
・温度差を利用してベシャメルソースを作る。

教育到達点

・加熱法の違いによるメリットとデメリットを知る。
・乳化のさせ方と、修復法を理解する。
・ベシャメルソースの作り方とポイントを理解して実践できる。

評価の目安と方法	
	・加熱法の違いによる状態の違いを理解し調理できる。 ・料理の名称と料理の関係を理解し、形や使われる食材がきまっていることを理解している。 ・ベシャメルソースの作り方を理解し調理できる。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
31

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	ブロッコリーと甘海老のシャルロット仕立て　クレソンソース
	オマール テルミドール

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・蒸し器を使った野菜の火入れ。
・マヨネーズの作り方のおさらい。
・オマール海老の火入れ。
・グラティネについて。

ポイント

・ブロッコリーを水気に触れさせないように火入れする。
・マヨネーズを分離させないように作る。
・オマール海老に火が入りすぎないようにする。
・酒類、フォンをしっかりと煮詰める。

教育到達点

・蒸し器での火の入り方を理解する。
・マヨネーズを分離させることなく作れる。
・セルクルにきれいに詰めることができる。
・グラティネする際、ソースの濃度が適正である。

評価の目安と方法

・シャルロット仕立てをきれいに盛り込めている。
・オマール海老の身が硬くなっていない。
・テルミドールが色良く焼き上がっている。
・味のバランスが取れている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名
Charlotte de brocoli aux Crevette Sauce vert ブロッコリーと甘海老のシャルロット仕立て クレソンソース

番号	分量
31	5人分

材料・調味料	使用量	
Brocoli	1	個
Mayonnaise	50	cc
Feuille de gélatine	1	枚
Crevette	10	尾
Mayonnaise	30	cc
Reifort	3	g
Citron	1/6	個
Sel・Poivre	適量	
【Sauce vert】		
Mayonnaise	100	cc
Crème	50	cc
Huile d'olive（EXV)	10	cc
Cresson	2	束

材料・調味料	使用量	
【Sauce Mayonnaise】		
Jaune d'Œuf	1	個分
Vinaigre vin-blanc	15	cc
Huile de salade	150	cc
Sel・Poivre	適量	

盛付見本

献立名
Homard Thermidor オマール　テルミドール

番号	分量
31	5人分

材料・調味料	使用量	
Homard	1人1/2	本
Champignon	1人2	個
Échalote	40	g
Beurre	30	g
Cognac	50	cc
Vin blanc	150	cc
Estragon	1	枝
Fumet de poisson	150	cc
Crème	100	cc
Sauce Béchamel	300	cc
Moutarde	10	g
Fromage râpé	15	g

材料・調味料	使用量	
【Sauce Béchamel】		
Farine	30	g
Beurre	30	g
Lait	300	cc

盛付見本

西洋料理理論
32

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	ニース風サラダ
	魚のクネル　ア ラ リヨネーズ　アメリケーヌソース

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・じゃが芋の性質をしっかりと理解する。
・ローストしたじゃが芋とボイルしたじゃが芋の食感の違いを自分なりに理解する。
・魚のクネルとパナードについて理論的に理解しておく。
・魚のクネルは中心温度７８度で仕上げる。
・甲殻類の代表的なソース、アメリケーヌソースについて理解する。

ポイント

・じゃが芋はオーブンで皮付きのままじっくりとローストで仕上げる。
・ポテトはあたたかいうちに味をなじませるのがポイント。
・魚のクネルに使うパナードはしっかりと練り上げグルテンを出す。
・アメリケーヌソースの甲殻類はしっかりと炒め、お酒を加え、煮詰めることがポイント。

教育到達点

・ニース風サラダはその中にはいる食材をしっかりとドレッシングでマリネすること。
・魚のクネルはふっくらし、食感はねっとりとするように仕上げることがポイント。
・アメリケーヌソースは濃度、味、艶がよく仕上げることができる。

評価の目安と方法

・ニース風サラダがお皿にきれいに盛り込め、バランスがとれていること。
・魚のクネルはふっくらとし、滑らかで艶良く仕上がっていること。
・アメリケーヌソースはグラチネした際に綺麗に焼き色がつき香ばしく仕上がっていること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
32

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	ニース風サラダ
	魚のクネル　ア ラ リヨネーズ　アメリケーヌソース

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・じゃが芋のローストと茹でた時との食感の違い。
・ヴィネグレットソースとメランジェ。
・魚のケネルとパナードについて。
・魚のクネルの中心温度を78℃で仕上げる。
・甲殻類の代表的なソース、アメリカンソースについて。

ポイント

・じゃが芋はオーブンで丸のままじっくりと焼き上げる。
・サラダは手際よく仕上げる。
・魚のケネル、パナードはしっかりと粘りをだす。
・アメリカンソースは甲殻類をしっかりと炒めお酒を煮詰める。

教育到達点

・ニース風サラダはサラダの下ごしらえ、ソースをしっかりと理解する。
・魚のクネルはふっくらし、食感はねっとりとするように仕上げることができる。
・アメリカンソースが濃度、味、ツヤ良く仕上げることができる。

評価の目安と方法

・ニース風サラダがお皿に綺麗に盛り込め、味のバランスがとれている。
・魚のクネルがふっくらとし、なめらかに仕上がっている。
・アメリカンソースのグラチネが香ばしく仕上がっている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名
Salade Niçoise ニース風サラダ

番号	分量
32	5人分

材料・調味料	使用量	
Pomme de Terre（メークイーン）	2	ケ
Huile d'Olive	15	cc
Ail	1	ケ
Thym	2～3	本
Sel.Poivre	適量	
【Légumes】		
Haricots Vert	1/2	パック
Asperget vert(M)	1人1	本
Oignon(Rouge)	1/4	ケ
Leaf Laitue（ブーケレタス）	1/2	ケ
Petit Tomate（カラフルトマト）	1/2	パック
Olive Noire	10	ケ
Olive Vert	10	ケ
Filet d'Anchois	5	枚
Thon à l'huil	100	g
Œuf	2	ケ
【Dressing　(Sauce Vinaigrette)】		
Huile d'Olive（EXV)	30	cc
Huile d'Olive	10	cc
Vinaigre de Xèré	20	cc
Jus de Citron	1/4	ケ
Miel	10	g
Moutarde	8	g

材料・調味料	使用量	
Sel.Poivre	適量	
Échalote	1/2	ケ
Ail	適量	
盛付見本		

献立名
Quenelle de Poisson à la Lyonnaise,Sauce Américaine 魚のクネル　ア ラ リヨネーズ風アメリケーヌソース

番号	分量
32	5人分

材料・調味料	使用量	
【Quenelles de poisson】		
Homrad	1	本
Quenelles	200	g
Blanc d'œuf	1	ケ分
Crème	100	cc
Beurre Clarifié	20	cc
Congnac	10	cc
Sel.Poivre	適量	
【Panade à la Fragipane】		
Farine de gruau	20	g
Farine	20	g
Beurre	35	g
Lait	150	cc
Jaune d'Œuf	2	ケ分
【Garniture】		
CHINGENSAI（ミニ）	1人1	本
【Sauce Américaine】		
Homard（殻）	1	本分
Ail	1	片
Huil d'Olive	20	cc
Cognac	20	cc
Noilly	20	cc
Mirepoix	70	g
Porto blanc	40	cc

材料・調味料	使用量	
Champignon	1	ケ
Tomate	1	ケ
Tomate　Concentre	10	g
Thym	1	本
Laurier	1	枚
Fumet de Poisson	500	cc
Beurre	15	g
Farine	15	g
Crème	60	cc
Jaune d'œuf	1	ケ

盛付見本

西洋料理理論
33

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	温製帆立貝とアボカドのキャビア詰め
	鳩のローストとフォアグラ　ポテトパイヤッソン添え

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・ジビエについて学ぶ(旬や種類など)。
・帆立貝の掃除の仕方。
・ローストしたあとの鳩のおろし方。
・キャビアの種類。

ポイント

・ブールブランソース、ヴィネガー、白ワインの煮詰め方、バターモンテの仕方に注意する。
・帆立貝は平らな方にヘラをあて外す。
・鳩はローストしてすぐにおろさず10分くらいおく。

教育到達点

・ジビエとはなにか理解する。
・帆立貝の掃除ができる。
・分離することなくブールブランが作れる。

評価の目安と方法

・鳩はポテトの上にきれいに盛り付けられている。
・ブールブランソースが食材の上にまんべんなくかけられている。
・帆立貝の掃除ができる。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
33

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	温製帆立貝とアボカドのキャビア詰め
	鳩のローストとフォアグラ　ポテトパイヤッソン添え

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・ホタテの下処理と、構造を学ぶ。
・ブールブランソースの作り方について。
・鳩の掃除の仕方と縛り方を学ぶ。
・シャンピニオンデュクセルについて。

ポイント

・帆立貝の貝柱をヘラでしっかりと外す。
・ブルブランソースは液体をしっかりと煮詰め、バターを溶かしこむ。
・鳩は鎖骨を外し胸が張るように縛る。
・シャンピニオンデュクセルは水分をしっかりとばす。

教育到達点

・帆立貝の構造を理解し貝柱を外すことができる。
・ブールブランソースの液体とバターのバランスを見極められる。
・鳩の骨格を理解し掃除、縛りができる。
・シャンピニオンデュクセルを良い状態で仕上げることができる。

評価の目安と方法

・帆立貝から貝柱を外すことができる。
・ブールブランソースの濃度と味のバランスが取れている。
・鳩の成形ができ、ロゼに焼き上げられている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名
Étuvée de Saint-Jacques et Avocat
温製帆立貝とアボカトのキャビア詰め

番号	分量
33	5人分

材料・調味料	使用量	
Saint-Jacques	1人2	ケ
Avocat	2	ケ
Caviar	適量	
Sauce Beurre　Blanc	250	cc
Sel.Poivre	適量	
【Sauce Beurre Blanc】		
Échalote	15	g
Vinaigre de Vin Blanc	60	cc
Vin Blanc	100	cc
Beurre	150	g
Citron	1/6	ケ
Crème	50	cc
Sel.Poivre	適量	

1) 帆立は１個を４枚にスライスして、中央にキャビアをのせ帆立をかぶせ皿に３ケ並べる。

2) アボガドは皮を剥き、薄いスライスにして帆立と同じようにする。

3) 皿に１）２）を交互に盛りオーブンに入れて表面を少し温めるだけで取り出し、帆立の上だけにソース ブールブランをかける。

ソース

1) エシャロットのみじん切り・ヴィネガー・白ワインを煮詰めてバターモンテする。生クリームを加え、塩・胡椒・レモン汁で味を調える。

盛付見本

献立名
Crapaudine de Pigeon au Foie-Gras et aux Pommes Paillasson 鳩のローストとフォアグラ　ポテトパイヤッソン添え

番号	分量
33	5人分

材料・調味料	使用量	
Pigeon	5	羽
Foie-Gras	15	g
Champignon de Paris	1	パック
Échalote	1/2	ケ
Beurre	50	g
Crème	50	cc
Jus de Pigeon	150	cc
Fond de Volaille	150	cc
Mirepoix	適量	
Armagnac	5	cc
Pomme de Terre	2	ケ
Truffe	3	枚
Beurre	適量	
Asperge de Vert	5	本
Tomate	1	ケ
Cerfeuil	適量	
Crépine	適量	

1) 鳩は内臓を抜き、足先・首つる・手羽先を切り取る。ロース糸で縛り塩・胡椒し、鍋にバターとともに入れ高温のオーブンで焼く。時々アロゼしながらロゼに焼き上げる。

2) 焼き上がる少し前に首つる・手羽先・ミルポワを入れる。焼き上がったら鳩を鶏出す。鍋の焼き脂を捨て、火にかけジュドピジョン・フォンドヴォライユでデグラッセしながら煮詰める。味を調えバターモンテする。

3) モモ肉はコンカッセにし、シャンピニオンデュクセルに合わせ、強火で焼き上げたフォアグラ（メダイオン）にナッペする。これを網脂で包み焼く。

4) 皿にポテトパイヤソンを敷き、3）をのせ周りに胸肉の薄切りを並べる。周りにアスパラ・トマトコンカッセを添え、ソースをかける。

ポテトパイヤソン

1) じゃが芋はマンドリンで千切りし塩･胡椒する。トリュフはスライスを５枚取り残りはアッシェにする。

2) フライパンにバターを多めに溶かし、じゃが芋を入れトリュフを振り、更にじゃが芋で覆う。スプーンの背で押さえ、しっかりと円形にする。焼き上がったら裏返し両面を焼いて火を通す。

※じゃが芋は皮を剥くまで水につけておく。網脂はきれいに洗って水気をきっておく。

盛付見本

西洋料理理論
34

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	いさきのインボルティーニ　アンチョビソース
	オッソブーコ　ミラノ風

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・魚のおろし方の反復としてイサキをおろし、材料の具を包んで巻き込み焼いて料理にする。
・オッソブーコはロンバルディア州の料理で仔牛のすね肉を輪切りにしたものを煮込んでミラノ風リゾットを添えた料理。

ポイント

・魚のおろし方の反復。エラ、ウロコを取り骨にそって包丁を入れる。まな板を清潔にすること。
・包まれる具の味の付け方に注意する。
・魚を扱う時には身を壊さないように特に注意しながら調理する。
・仔牛すね肉のソテーと煮込む時の水分量に注意する。
・ミラノ風リゾットの硬さについて。

教育到達点

・魚をおろす時の注意点を思い出し、骨に身が多くつかないように。そして身を削ぐ時には厚さが均等になるようにする。
・オッソブーコに使われる各野菜の切り方。
・ミラノ風リゾットについての理解。

評価の目安と方法

・魚の骨に身が沢山ついていないこと。
・インボルティーニの仕上がりの大きさは揃っていて焼き色がしっかりついていること。
・オッソブーコの部位の理解と煮込み具合。
・ミラノ風の理解とリゾットの仕上がり方。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
34

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	いさきのインボルティーニ　アンチョビソース
	オッソブーコ　ミラノ風

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・魚のおろし方について、今一度確認する。
・魚を調理する時の扱い方について。
・オッソブーコの作り方また煮込み方。
・ミラノ風リゾットの作り方とミラノ風について。

ポイント

・魚をおろす時は周りを確かめウロコを引く。また衛生的に作業をする。
・包み込む材料の味付けに注意しながら魚の味付けを行う。
・肉が反らないようにすることと煮込み具合。
・各野菜の切り方と火の入れ方。
・リゾットの火加減。

教育到達点

・魚を切り揃えるためにはかりをを使って切り揃える。
・調理作業時の火加減の調整。
・肉の煮込み具合の確認方法。
・グレモラータを知る。
・リゾットの仕上がり。

評価の目安と方法

・調理作業時の火加減の調整。
・インボルティーニが身崩れしていない。
・インボルティーニの大きさが揃って盛られてあること。
・肉がきちんと煮上がっていてリゾットの固さ濃度が適正である。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名
Involtini di ISAKI Salsa d'Acciughe いさきのインボルティーニ　アンチョビソース

番号	分量
34	5人分

材料・調味料	使用量	
ISAKI	1人1	本
Pasta di Pesce	50	g
Gamberetto	3	本
Funghi Secchi	7	g
Uovo	1/2	ケ
Parmigiano Grattugiato	10	g
Prezzemolo	2	枝
Vino Bianco	100	cc
Olio Extravergine d'Oliva	適量	
Acciuga	2	枚
Sale e Pepe	適量	

材料・調味料	使用量	

盛付見本

献立名
Ossobuco alla Milanese オッソブーコ　ミラノ風

番号	分量
34	5人分

材料・調味料	使用量	
Ossobuco di Vitello	1人1	ケ
Vino Bianco	100	cc
Aglio	1	片
Cipolla	1	ケ
Rosmarino	1/2	枝
Brodo	400	cc
Burro	60	g
Salvia	2	枚
Prezzemolo	1	枝
Sale e Pepe	適量	
Buccia di Mezzo Limone	1/4	ケ分
Brodo	400	cc
Riso	150	g
Grana Padano	40	g
Burro	30	g
Vino bianco	50	cc
Cipolla	1/2	ケ
Zafferano	少々	
Olio Extravergine d'Oliva	10	cc

材料・調味料	使用量	

盛付見本

西洋料理理論
35

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	牛フィレ肉の赤ワイン煮込み
	牛フィレ肉の猟師風

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・牛フィレ肉の掃除と成形法を学ぶ。
・塊の肉の縛り方を学ぶ。
・赤ワインを煮詰めたときの味の変化。
・香草それぞれの香りを知り、利用する。

ポイント

・牛フィレ肉をロース糸で成形するさい、均等に縛り成形する。
・金串を使い中心温度を確認し、55℃から60℃にする。
・肉はしっかりと休ませ肉汁を落ち着かせしっとりと仕上げる。
・グラス状になるまで赤ワインを煮詰める。

教育到達点

・肉の縛り方を理解し実践できる。
・肉の中心温度を確認し肉をロゼに焼き上げることができる。
・ソースを煮詰めた時の味の変化を理解する。
・香草の香りを知る。

評価の目安と方法

・肉の成形、縛りを実践できている。
・金串を利用した温度確認ができる。
・ソースの煮詰め方による味の変化を理解しソースを作っている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
35

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	牛フィレ肉の赤ワイン煮込み
	牛フィレ肉の猟師風

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・牛フィレ肉の成形法を知る。
・牛フィレ肉をロゼに焼き上げるための火の入れ方。
・赤ワインの煮詰め方とソースの作り方。

ポイント

・牛フィレ肉を縛るさい、あまりきつく縛らない。
・金串を牛フィレ肉に刺し、下唇あたりにあて温度を確認する。
・牛フィレ肉を焼き上げ莉すぐに切るのではなく休ませる。
・ソースを煮詰めて味を引き出す。

教育到達点

・牛フィレ肉が成形できる。
・牛フィレ肉がロゼに焼き上げることができる。
・ソースを煮詰め味を凝縮し仕上げることができる。

評価の目安と方法

・牛フィレ肉がロゼに焼き上がる。
・ソースが味、ツヤ良く仕上がっている。
・香草が焦げずに香りが引き出せている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名
Filetto e manzo alla Cacciatora 牛フィレ肉の猟師風

番号	分量
35	5人分

材料・調味料	使用量	
Filetto e manzo	100×3	g
Aglio	1	片
Rosmarino	1	枝
Salvia	1	枝
Acciuga	1	枚
Olio d'oliva	15	cc
Aceto di vino bianco	30	cc
Vino bianco	100	cc
Sugo di carne	100	cc
Sale Pepe	適量	

材料・調味料	使用量	
Patata	1	個
Aglio	1	片
Rosmarino	1	枝
Timo	1	枝
Salvia	1	枚
Champignon	1	パック

盛付見本

献立名
Filetto e manzo arrosto e cardonade 牛フィレ肉の赤ワイン煮込み

番号	分量
35	5人分

材料・調味料	使用量	
Filetto e manzo	300	g
Sale Pepe	適量	
Cipolla	1/2	個
Carota	1/3	本
Sedano	1/2	本
Aglio	1	片
Salvia	1	枝
Vino rosso	200	cc
Succo di carre	100	cc
Olio d'oliva	適量	

材料・調味料	使用量	
Polenta	50	g
Acqua	200	cc
Latte	150	cc
Burro	20	g
Sale Pepe	適量	

盛付見本

西洋料理理論
36

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	白イカのムース　軽いスープ仕立て　ウニの香り
	イベリコ豚の香草風味の岩塩パイ焼き

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・イカの下処理を理解する。
・イカのムースを作ることができる。
・魚の骨でクリアな魚のだし汁をとることができる。
・香草風味の岩塩パイをつくることができる。
・イベリコ豚の種類についても理解する。

ポイント

・ムースはコンベクション（バプール）にて中心温度８０度に火を入れる。
・魚のスープはオーブンでしっかりとローストしてから水分を加える。
・塩パイはしっかりとまぜあわせ、均等な厚さに伸ばしておく。
・イベリコ豚は金ぐしで中心温度に火が入ったかを確認することができる。

教育到達点

・イカのムースが作れ、バプールでしっかりと火を入れることができる。
・魚のスープが臭みがなくコクのあるスープが仕上げられる。
・岩塩パイを作り方をマスターし、それをしっかりと調理することができる。
・イベリコ豚の蒸し焼きもしっかりと火入れまでができること。

評価の目安と方法	・ムースが分離せずにしっかりとした状態で仕上がっていること。 ・魚のスープがクリアで味色が申し分なく仕上がっていること。 ・岩塩パイを焼き、はずしたときにブドウの香りがほのかに立ち上がり、イベリコ豚がつやよく仕上がっていること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
36

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	白イカのムース　軽いスープ仕立て　ウニの香り
	イベリコ豚の香草風味の岩塩パイ焼き

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・ムースの作り方とバプールでの火入れについて。
・魚の骨を乾かしてからとるフォンについて。
・岩塩パイの作り方と調理法の習得。
・イベリコ豚の種類について。
・塊の肉の火入について。

ポイント

・ムースはバプールで優しく火入れする。
・魚の骨は水にさらし、オーブンでしっかり乾かす。
・岩塩パイはしっかりと練り合わせ、均等な厚さに伸ばす。
・イベリコ豚は金串を刺し、中心温度を確認ししっかりと休ませる。

教育到達点

・ムース生地が作れ、バプールで火入れすることができる。
・魚のフォンが臭みなく採ることができる。
・岩塩パイの作り方を理解し調理することができる。
・イベリコ豚をしっとりと火入れすることができる。

評価の目安と方法

・ムースが分離せず、しっかりとした状態で仕上がっている。
・魚の骨を使ったフォンが味良く仕上がっている。
・岩塩パイを利用しイベリコ豚がしっとりと焼き上がっている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名
Épau l e de Porc “BELLOTA” en Coque de Sel イベリコ豚の香草風味の岩塩パイ焼き

番号	分量
36	5人分

材料・調味料	使用量	
Porc	450	g
Sel.Poivre	適量	
Raisine de Feuille（塩漬け）	3～4	枚
【Pâte Sel（Herbes)】		
Farrine de Gruau	300	g
Œuf Blanc	100	g
Gros Sel	100	g
Persil Plat	1/5	パック
Estragon	1/3	パック
Basilic	1/3	パック
Romarin	1/4	パック
Thym	1/4	パック
Laurier	2	枚
【Garniture】		
Lard	50	g
Oignon	1/4	ケ
Haricot(Lentilles)	100	g
Beurre	10	g
Bouillon	300	cc
Laurier	1/2	枚

材料・調味料	使用量	
【Rôti Pomme de Terre】		
Pomme de Terre（ニューポテト）	1人2	ケ
Huil d'Olive	30	cc
Romarin	1	本
Ail	1	片
Jus de pork	150	cc
Pommery	10	g
盛付見本		

献立名

Mousse de Calmar avec Soupe de Poisson

白イカのムース　軽いスープ仕立て　ウニの香り

番号	分量
36	5人分

材料・調味料	使用量	
Calmar	150	g
Blanc d'Œuf	100	g
Créme	150	cc
Vin Blanc	15	cc
Sel.Poivre	適量	
Crevette	5	本
EDAMAME	30	g
Ginnan	1人1	個
Soupe de Poisson		
Arête	200	g
Fumet de KATHUO	500	cc
Mirepoix	150	g
Thym	1	本
Laurier	1/2	枚
Safran	適量	
Oursin	適量	
MENEGI	適量	

材料・調味料	使用量	

盛付見本

西洋料理理論
37

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	ポテトで包んだ手長海老のフリット マスカルポーネ入りグリーンソース
	仔羊背肉の野菜包み バジルの香り

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・仔羊の掃除。(ラム芯)
・クレピネットについて。(用途など)
・手長海老の掃除の仕方。

ポイント

・じゃが芋はしっかり水にさらし澱粉をとる。
・サラダ菜は重曹の入った湯でボイルする。
・ジュリエンヌに切った野菜は固めにボイルする。

教育到達点

・手長海老の掃除ができる。
・仔羊のまわりに野菜が均等にまけている。
・仔羊の掃除ができている。

評価の目安と方法

・サラダ菜のソースが色よく仕上がっていること。
・仔羊はロゼに仕上がっていること。
・手長海老が色良く揚がっている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
37

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	ポテトで包んだ手長海老のフリット マスカルポーネ入りグリーンソース
	仔羊背肉の野菜包み バジルの香り

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・手長海老の掃除の仕方。
・重曹の効果とその利用。
・仔羊の背肉の掃除。
・クレピネットの利用法。

ポイント

・手長海老は殻から外し、細長く切れたじゃが芋を丁寧に巻く。
・重曹でサラダ菜の繊維を柔らかくしピューレにする。
・仔羊は筋と脂を取り除き水気を切った野菜で巻く
・クレピネットで巻いたあと均等な太さになるようタコ糸で成形する。
・ソースはしっかりと煮詰め味を引き出し、煮詰めたビネガーで風味をつける。

教育到達点

・手長海老の掃除の仕方を理解する。
・油の温度を見極め、良い状態で揚げることができる。
・仔羊をきれいに掃除することができる。
・仔羊を良い状態で焼き上げることができる。

評価の目安と方法

・手長海老が綺麗に色形良く揚がっている。
・仔羊が形良く、ロゼに焼き上がっている。
・ガルニチュール、ソース共に味良く仕上がっている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名

Langoustine en Brochette Sauce a'la Laitue au Mascarpone

ポテトで包んだ手長海老のフリット マスカルポーネ入りグリーンソース

番号	分量
37	5人分

材料・調味料	使用量	
Langoustine	1人1	本
Pomme de Terre	2	ケ
Salade	1	パック
Mascarpone	20	g
Paprika	適量	
Sucre	適量	
Cayenne	適量	
Bicarbonate de Soude	適量	

材料・調味料	使用量	

盛付見本

献立名	番号	分量
Rosette d'Agneau en Robe de Légume au Parfum de Basilic 仔羊背肉の野菜包み バジルの香り	37	5人分

材料・調味料	使用量	
Carre d'Agneau	2	本
Céleri-Rave	1/4	ケ
Carotte	1	本
Courgette	1	本
Basilic	12	枚
Crépine	適量	
Ail	大1	片
Cresson	1人1	本
Bulbe de Lis	1	ケ
【Sauce】		
Basilic	3	枚
Thym（乾燥）	適量	
Ail	1	片
Tomate	1/4	ケ
Vinagre de Vin Rouge	50	cc
Fond d'Agneau	250	cc
Beurre	適量	

材料・調味料	使用量	

盛付見本

西洋料理理論
38

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	トリッパの煮込みローマ風
	鶏のストゥファート　マスカルポーネソース

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・トリッパとはハチノスと呼ばれ、牛の第2胃で、蜂の巣に似ていることから名付けられた。臭気が強いので香味野菜と一緒に煮てから使用する。実習では香味野菜で煮たあと、トマトと香味野菜を使って煮込む。
・ストゥファートはシチューのような煮込みである。実習ではマスカルポーネを使って白く、風味良く煮込んでいく。

ポイント

・野菜を丁寧に切り揃え、またトリッパの大きさにも注意をして大小の差が無いようにカットして煮込むこと。
・マスカルポーネのソースは、白っぽく仕上げるので、鶏・野菜類をソテーする時には色が付かないようにする。
・ソースの味・濃度を良く見ながら仕上げる。

教育到達点

・トリッパまたはハチノスという部位を理解し、特徴を覚えること。
・マスカルポーネを使ったソースなので、白く仕上げるため、焼き色を付けないよう火加減に注意をしてソテーすること。

評価の目安と方法	
	・各食材のカットの大きさが揃っていて、綺麗に盛り込まれていること。 ・マスカルポーネのソースの濃度、量が適正で白く仕上がっている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
38

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	トリッパの煮込みローマ風
	鶏のストゥファート　マスカルポーネソース

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・トリッパを、臭みを少なくする方法で調理する。
・生クリームを使ったソースが多いが、イタリア原産のクリームチーズ、マスカルポーネを使ってのソース作りになるので、出来上がりのソースの濃度と味付けに注意する。

ポイント

・トリッパを香味野菜と茹でる前には、良く水洗いをすること。
・鶏ムネ肉、各野菜類をソテーする時の火加減に注意をして、色が付かないようにする。
・ソースを作る時、マスカルポーネ以外の食材の煮詰まり具合を良く確認すること。

教育到達点

・鶏ムネ肉を煮込んでいる時の水分量、味を確認しながらソースを仕上げる。
・ソースの味はもちろん、濃度、量を良く考え調理する。
・食材、ソースの量を考えながら盛り付ける。

評価の目安と方法

・食材の大きさに注意をして丁寧にカットし、調理すること。
・ソースの味、濃度、量を良く考え調理する。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名	番号	分量
Trippa di Bue alla Romana トリッパの煮込みローマ風	38	5人分

材料・調味料	使用量	
Trippa di Bue	200	g
Cipolla	1	ケ
Carota	1/4	ケ
Sedano	1/2	ケ
Pomodoro	1/2	缶
Bino Vianco	100	cc
Pancetta	20	g
Prezzemolo	1/2	枝
Aglio	1	片
Pelle di Limone	1/4	ケ
Acqua	500	cc

材料・調味料	使用量

盛付見本

献立名
Stuffato di Pollo con Salsa al Mascarpone 鶏のストゥファート　マスカルポーネソース

番号	分量
38	5人分

材料・調味料	使用量	
Pollo	1人1	ケ
Mascarpone	100	g
Champignon	6	ケ
Funghi Porcini Secchi	10	g
Cipolla	1/4	ケ
Sedano	1/2	本
Salvia	1/2	枝
Alloro	1	枚
Cerfogli	2	枝
Burro	20	g
Vino Bianco	80	cc
Brodo di Pollo	150	cc
Sale / Pepe Nero		

材料・調味料	使用量	

盛付見本

西洋料理理論
39

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	スープ ド ポワソン
	ポトフ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・魚介類が生臭くなる原因を知る。
・ルイユとアイオリの違いと作り方
・肉の熟成のさせ方と保存について。

ポイント

・魚介類の臭みの原因は水分のため、水分を飛ばす。
・魚介類と香味野菜の旨味をスープに出す。
・卵黄とじゃが芋を使いオリーブオイルを乳化させる。
・豚肉は塩漬けにし2 ～ 3日熟成させ旨味を引き出す。

教育到達点

・魚介類の臭みの原因を知り調理できる。
・ルイユ、アイオリ、マヨネーズの違いと乳化を理解する。
・肉を塩漬けするときの塩分濃度と、調理時の塩分濃度を理解する。

評価の目安と方法	
	・スープドポワソンを臭みなく仕上げている。 ・ポトフの豚肉が柔らかく塩気も丁度良く煮上がっている。 ・塩漬けを応用することができる。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
39

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	スープ ド ポワソン
	ポトフ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・魚介類から臭みを出さず味を出す。
・ルイユの作り方と乳化を学ぶ。
・肉の塩漬けと塩抜き。

ポイント

・魚介類を生臭くならないようにしっかりと炒める。
・スープをすべて押し出すように濾す
・ルイユの辛みを調節しながら仕上げる。
・ある程度肉を煮たあと野菜を加え煮上がりを揃える。

教育到達点

・魚のスープが臭みなく採れる。
・魚のスープがしっかり濾せると、濃度が出てくることを理解する。
・ルイユが滑らかで乳化した状態で仕上げられる。
・ポトフの具材の火の入り方を揃えることができる。

評価の目安と方法

・魚のスープの香りと濃度が良く出ている。
・ルイユが滑らかな状態で仕上げられている。
・ポトフの具材が柔らかく火入れできている。
・味のバランスが取れている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名
Soupe de Poisson スープ ド ポワソン

番号	分量
39	5人分

材料・調味料	使用量	
Os de poisson	600	g
Oignon	1/2	個
Poireau	1/6	本
Carotte	1/4	本
Céleri	1/2	本
Fenouil	1/2	枚
Ail	1	片
Tomate concentre	15	g
Huile d'olive	20	cc
Vin blanc	100	cc
Acqua	500	cc
Bouillon	500	cc
Tomate	1	個
Thym	1	枝
Laurier	1/2	枚
Safran	適量	
Pernod	30	cc
Sel・Poivre	適量	

材料・調味料	使用量	
Baguette	1人2	g
Gruyère	20	個
Persil	2	本
【Rouille】		
Ail	1/2	片
Pomme de terre	30	g
Jaune d'œuf	1	個
Huile d'olive	100	cc
Cayenne	適量	
Sel・Poivre	適量	

盛付見本

献立名
Pot-au-feu ポトフ

番号	分量
39	5人分

材料・調味料	使用量	
Poitrene de porc	500	g
Bouillon	1.5	ℓ
Chou	1/3	個
Carotte	1	本
Céleri	1	本
Navet	2	個
Poireau	1/2	本
Pomme de terre	2	個
Oignon	1	個
Bacon	100	g
Bouquet Garni	1	本
(Poireau.Thym.Laurier)		

材料・調味料	使用量	
Moutarde	30	g
Mignonnette	適量	
【Saumure】		
Eau	1	ℓ
Sel	70	g
Sucre	30	g
Laurier	1	枚
Ail	1	片
Thym	2	枝
盛付見本		

西洋料理理論
40

教育内容

献立

西洋料理理論3・4	野菜のテリーヌ 色々なソースで
	牛ホホ肉の白ワイン煮込み ロースト野菜と共に

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・１３種類の野菜をしっかりと理解すること。
・それらを同じ歯ごたえ、同じ硬さに火を通すことができる。
・これをバランスよくテリーヌ型につめることができる。
・エシャロットのビネグレットと香草オイルをつくることができる。
・牛ほほ肉の下処理とアセゾネ、リソレ、煮込みまでをしっかりと理解する。
・玉ねぎのまるごとのグラッセを作ることができる。

ポイント

・テリーヌ型に詰める際にはきった断面を想像しながら丁寧につめることが重要である。
・最後に野菜のブイヨンにゼラチンを加えたものを流し込むがこれはあつあつに一度湧いたものを入れること。
・牛ほほ肉はしっかりと焼き色をつけてから煮込む。
・圧力鍋を使用するので最初の段階でよくエキュメしておく。

教育到達点

・野菜のテリーヌを切った時に１３種類の野菜がまんべんなくバランスよくきれいに仕上がっていること。
・皿の上でテリーヌ、トマトのサラダ、三種類のソースがバランスよく仕上がっている。
・牛ほほ肉はやわらかく煮込め、ソースの濃度味つやが仕上げられている。
・オニオングラッセは甘みとつやが申し分なく仕上がっている。

評価の目安と方法

・皿の上でテリーヌ、サラダ、三種のソースが調和され盛り付けられていること。
・牛ほほ肉の煮込みは肉は柔らかく、付け合わせもバランスよく表現されている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
40

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	野菜のテリーヌ 色々なソースで
	牛ホホ肉の白ワイン煮込み ロースト野菜と共に

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・13種類の野菜の下処理と火入れ。
・テリーヌ型にバランスを考えながら隙間を空けない用にきれいに詰める。
・エシャロットヴィネグレットと香草オイルの作り方。
・牛ホホ肉の下処理とアセゾネ、リソレ、煮込みまで。
・玉葱の丸ごとグラッセを作る。

ポイント

・野菜の下処理で、すべての野菜の歯ごたえを同じ硬さになる用にボイルする。
・テリーヌ型に詰める時は、切った面を想像しながら丁寧に詰める。
・最後に熱々のブイヨン・ドレギュームを入れ重しをかけ、プレスする。
・牛ホホ肉はアセゾネしオリーブオイルでリソレする。焼き色を全面に付ける。
・圧力鍋で作るため、エキュメすることができないので、最初の段階で良くエキュメしておく。
・出来上がりのソースの状態を味、ツヤ、濃度を調節する。

教育到達点

・野菜のテリーヌは切って見て、バランス良く隙間なく詰めることができる。
・皿の上で、テリーヌ、トマトサラダ、4種類のソースがバランス良く盛り込める。
・牛ホホ肉が柔らかく煮込め、ソースの濃度、味、ツヤ良く仕上げられる。
・オニオンのグラッセを甘みとツヤ良く仕上げられる。

評価の目安と方法	
	・皿の上で野菜のテリーヌ、トマトサラダ、4種類のソースが調和され盛り付けられている。 ・牛ホホ肉の煮込みの肉は柔らかくソースはツヤがあり、バランス良く表現されている。 ・オニオンのグラッセ美味しく仕上がっている。 ・その他の付け合わせもバランス良く盛りつけられている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名	番号	分量
Joue de Bœuf Braisie au Vin Blanc 牛ホホ肉の白ワイン煮込み　ロースト野菜と共に	40	5人分

材料・調味料	使用量	
Joue de Bœuf	500	g
Farine	適量	
Sel.Poivre	適量	
Huil d'Olive	10	cc
Beurre	10	g
【Marmite à Pression】		
Bacon	30	g
Oignon	1	ケ
Ail	1/2	片
Jus Mariné	150	cc
Porto Blanc	80	cc
Fond de Veau	500	cc
Bouillon	150	cc
Thym	2	枝
Laurier	1	枚
Tomate	1	ケ
Sel.Poivre	適量	
【Garniture】		
Oignon S	1人1/2	ケ
Pomme de Terre	1人2	ケ

材料・調味料	使用量	

盛付見本

献立名
Terrine de Légumes 野菜のテリーヌ　色々なソースで

番号	分量
40	5人分

材料・調味料	使用量	
Chou	外側3	枚
Carotte	2	本
Brocori	1	ケ
OKURA	5	本
Cépe	1	枚
Petit Maïs	5	本
Haricotes Vert	50	g
Poireau	1/2	本
KOMATSUNA	2	束
SATSUMAIMO	1	本
Bouillon	450	cc
Gelée	6	枚
【Sauce “SHUNGIKU” Mayonaisse】(1クラス)		
Mayonaise	500	g
Crème	適量	
SHUNGIKU	1	束
Sel.Poivre	少々	
【Échalotte Dressing】		
Échalotte	1/4	ケ
Moutarde	10	g
Vinaigre de Xèré	5	cc
Vinaigre de Vin rouge	5	cc

材料・調味料	使用量	
Sel.Poivre	適量	
Huil de Noir	20	cc
Huil d'Olive	10	cc
Miel	5	cc
【Garni】		
Tomate (Fruite)	2	ケ
KURO MIZUNA	1/3	パック
【デモ】		
Huil de Vert		
Crème de Balsamique		
盛付見本		

西洋料理理論

41

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	帆立貝柱の大豆衣焼き　しめじ添え
	若鶏のもも肉のきのこの詰め物　ラタトゥイユバジル風味

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・帆立貝について。(収穫時期、場所、構造など)
・料理によって異なる若鶏のおろし方について学ぶ。
・モモ肉の皮を傷つけずにとる骨の除き方。

ポイント

・ブールブランのヴィネガー、白ワインをしっかり煮詰める。
・ジャンボノ型にしっかり成形する。
・骨を傷つけないこと。

教育到達点

・分離することなくブールブランを仕上げられる。
・肉の骨の外し方を理解すること。

評価の目安と方法

・ジャンボノ型に成形ができラタトゥイユと共にバランス良く盛り付けられている。
・ブールブランの濃度、味がしっかりできている。
・帆立貝、大豆が貝柱の状態になりきれいに仕上がっている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
41

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	帆立貝柱の大豆衣焼き　しめじ添え
	若鶏のもも肉のきのこの詰め物　ラタトゥイユバジル風味

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・殻つき帆立貝の掃除の仕方。
・ブールブランソースの作り方。
・鶏もも肉のジャンボンネットの成形。
・ラタトゥイユの切りそろえ。

ポイント

・殻つき帆立貝の貝柱などの位置を理解しナイフを入れる。
・ブールブランソースは白ワインをしっかりと煮詰め、バターを乳化させながら溶かし込む。
・鶏もも肉は皮を傷つけないように骨を取り除く。
・ラタトゥイユは野菜の水分を利用し、柔らかく煮る。

教育到達点

・帆立貝の構造を理解し、貝柱の状態にできる。
・バターの分離する温度帯を理解し乳化させることができる。
・鶏もも肉の皮を傷つけず骨を外すことができる。
・野菜の切り揃えができ、野菜の甘さを引き出すことができる。

評価の目安と方法

・帆立貝が綺麗な貝柱の状態にんなっている。
・ブールブランソースが味、濃度共に良い状態で仕上がっている。
・鶏もも肉が綺麗な形で焼き上がっている。
・ラタトゥイユが味良く仕上がっている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名

Cuisse de Poulet au Cèpe et Ratatouille au Basilc

若鶏の腿肉のきのこの詰め物　ラタトゥイュバジル風味

番号	分量
41	5人分

材料・調味料	使用量	
Cuisse de Poulet	5	ケ
SHIITAKE	小4/大5	枚
Pignon	30 ~ 50	粒
Ail	1	片
Thym	un peu	
Huile	un peu	
Sauce Avchois	10	g
Vin Blanc	100	cc
Fond de Veau	300	cc
Cresson	5	ケ
Mignonette	un peu	
Sel・Poivre	un peu	

材料・調味料	使用量	
Ratatouille		
Huille d' Olive	20	cc
Aubergine	1/2	本
Courgette	1/2	本
Oignon	1/2	ケ
Poivron Rouge	1/2	ケ
Poivron Jaune	1/2	ケ
Sucre	適量	
Vinaigre de Vin Blanc	10	cc
Olive Noir	5	粒
Basilic	3	枚
Piment	1/2	本
Tomate	1/2	ケ

盛付見本

献立名
Noix de St-Jacques au Soja 帆立貝柱の大豆衣焼き　しめじ添え

番号	分量
41	5人分

材料・調味料	使用量	
St-Jacques	1人2	ケ
Soja	100	g
Basilic	1	束
Tomate	1/2	ケ
Farine	適量	
Jaune d'Œuf	適量	
Huile d'Olive	適量	
SHIMEJI	1	パック
Sel・Poivre		

材料・調味料	使用量	
Échalote	1	ケ
Vinaigre de Vin Blanc	60	cc
Vin Blanc	100	cc
Beurre	200	g
Jus de Citron	1/6	ケ
Ciboulette	1	束

盛付見本

西洋料理理論
42

教育内容

献立

西洋料理理論3・4	専門調理師試験課題
	舌平目のクッション小海老添えグラタン

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・西洋料理の専門調理師実技試験課題となっている舌平目のクッション小海老添えグラタンの作り方を覚える。

ポイント

・舌平目のおろし方、下処理。
・ソースの作り方。
・デュシェスポテトの作り方、絞り方。

教育到達点

・舌平目をおろしフュメをとる。
・ベシャメルソース、オランデーズソースを作りソースを仕上げる。
・デュシェスポテトを作り、グラタン皿にきれいに絞る。

評価の目安と方法

・舌平目は上手におろせ、魚のムースと共に火が入っていること。
・ソースの味、濃度が適正であること。
・デュシェスポテトがきれいに絞れていて、ソースにきれいな焼き色が付けてあること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
42

教育内容

献立

西洋料理実習3・4	専門調理師試験課題
	舌平目のクッション小海老添えグラタン

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・舌平目のおろし方、ムースの作り方。
・ベシャメルの作り方、オランデーズの作り方。
・ディシェスポテトの作り方、絞り方。

ポイント

・ムース入りの舌平目をくずさないように火を入れる。
・ベシャメルを基本としたソースを作る。
・ディシェスポテトをグラタン皿にきれいに絞る。

教育到達点

・作り方の手順を覚える。

評価の目安と方法

・舌平目はくずれていないこと。
・ディシェスポテトはグラタン皿にきれいに絞れていて焼き色が付いていること。
・ソースにもきれいな焼き色が付いていること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名

Filet de sole à la cousin et crevettes au gratin

舌平目のクッション小海老添えグラタン

番号	分量
42	1人分

材料・調味料	使用量	
Sole	1人1	枚
Crevettes	1人2	尾
Champignons	1人1	ケ
Échalote	1人0.5	ケ
Quenelle de poisson	1人25	g
Poireau	1人20	g
Oignon	1人20	g
Vin Blanc	150	cc
Beurre	130	g
Farina	15	g
Lait	200	cc
Ouef	2	ケ
Crème	30	g
Pomme de Terre	2	ケ
Persil	1	本
Citron	0.5	ケ
Sel,Poivre		
Fromage	20	g

≪下処理作業≫

①舌平目を3枚におろし、フィレと頭・骨に分ける。頭・骨は、水にさらすこと。

②小海老は、殻をむき、背わたを取ること。

③すり身と卵白・生クリームを使って、ムース（詰め物）を作り、舌平目のフィレで包み、2つのクッション型に整形する。

④エシャロット、パセリの葉をみじん切りにし、マッシュルームは、薄切りにすること。フュメ・ド・ポワソン用の野菜は、薄切りにする。

≪調理作業≫

①野菜と魚の骨を炒め、フュメ･ド･ポワソンを作る。

②鍋にバターを塗り、エシャロット、マッシュルーム、舌平目のクッション、小海老を入れ、白ワイン、フュメ・ド・ポワソンを加え、静かに加熱し、煮汁は煮詰めること。

③ベシャメルソースを作ること。

④オランデーズソースを作ること。

⑤ソースはベシャメルを基本とし、上記②の煮汁を煮詰めたものを加え、オランデーズソースを入れて、なめらかなソースを作ること。

⑥卵黄入りデュシェスポテトを作り、グラタン皿に縁飾するように絞り、焼き色を付けて提出すること。

⑦焼き上がりに刻んだパセリをふりかけること。

盛付見本

西洋料理理論
43

教育内容

献立

西洋料理理論3・4	専門調理師試験課題
	仔羊のソテー　ソース シャスール

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・専門調理師の試験課題を作る。
・仔羊の掃除から焼き上げるまでの調理。
・ソースの煮詰め方と味の変化を知る。
・基本技術であるシャトー剥きのおさらい。

ポイント

・仔羊の骨やスジの付き方を理解し掃除する。
・肉の火の入った状態を金串で確認したものを押し、触感で覚える。
・白ワインを初めにしっかりと煮詰めフォンドヴォー加えてからも煮詰め味を凝縮する。
・シャトー剥きは5ｃｍに切り、丸みが出るようにナイフを動かす。

教育到達点

・仔羊の骨やスジ、かぶりなどを確認し掃除を理解する。
・仔羊の焼き上がりを触感で確認できる。
・ソースをしっかりと煮詰めることによる味の変化を理解する。
・シャトー剥きを大きさ、形良く剥き上げる。

評価の目安と方法

・仔羊の掃除を理解し調理できる。
・仔羊の中心温度を確認しロゼにしっとりと焼きあげ仕上げることができる。
・煮詰め具合による味の違いを理解し調理できる。
・シャトー剥きの大きさ、形を理解し剥きあげることができる。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
43

教育内容

献立

西洋料理実習3・4	専門調理師試験課題
	仔羊のソテー　ソース シャスール

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・仔羊の背肉の下処理。
・ソースの酒、フォンの煮詰めと味の変化。
・シャトー剥きの練度の確認。
・仔羊をロゼに焼き上げる。

ポイント

・骨周りのスジなどをきれいに掃除する。
・ロースの上のスジをきれいに取り除く。
・白ワイン、フォンドヴォーをしっかりと煮詰める。
・肉の中心温度を触った感覚などで知る。

教育到達点

・仔羊の背肉の掃除を理解する。
・ソースの煮詰めによる味の変化を理解する。
・肉をロゼに焼き上げることができる。
・シャトー剥きが形よくできる。

評価の目安と方法

・仔羊がきれいに掃除できている。
・仔羊がロゼにしっとりと焼き上がっている。
・ソースが味良く仕上がっている。
・シャトー剥きが形よくできている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名
Côtelettes d'agneau sautées sauce chasseur （仔羊のソテー　ソース シャスール）

番号	分量
43	5人分

材料・調味料	使用量	
Côtelettes d'agneau	1	個
(フレンチ・ラック)		
背骨無し肋骨2本分		
Pomme de terre	1/2	個
Haricot vert（12cm）	3	本
Échalote	1	個
Champignon	1	パック
Tomate（カットホールトマト）	1	個
Vin Blanc	200	cc
Fond de veau	100	cc
Demi-glace	150	cc

材料・調味料	使用量	

≪下処理作業≫
①仔羊は、余計な脂、筋、膜などを取り、骨付き２本にカットする。

②ポテトは、長さ５cmのシャトーを３個作る。

③いんげん豆は、へたを取り、半分に切っておくこと。

≪調理作業≫
①仔羊は、ミディアムの状態に焼き上げること。

②ポテトのシャトーは、下茹で後、サラダ油で色を付けること。

③ソースは、材料を使用し、二分の一ぐらいに煮詰め、ソース・シャスールを作ること。

④いんげん豆は、下茹で後、バターでいためる。

⑤盛り付けは、付け合せをすべて皿に盛り、仔羊は、中央に２つ盛り、ソースは肉の手前にかけること。

盛付見本

西洋料理理論
44

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	フルーツグラタン パピヨット仕立て ミルクジェラート添え

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・料理の最後を締めくくるデザートの位置づけを理解し、その重要性を実習を通して学ぶ。
・ホットデザートとしての手法や出すタイミングを学ぶ。
・アイスクリームの製法を学ぶ。
・速成折りパイを使ったアミューズの作成を学ぶ。

ポイント

・フルーツグラタンはアパレイユの素になるクレームパティシエールとアングレーズソースがしっかり炊けることが重要である。
・速成折りパイは生地が柔らかくなり易いので伸ばしたり折る時には素早く作業する。
・乳製品のジェラートは分離し易いので安定剤を少量使うことにより、防げる。

教育到達点

・クレームパティシエールとアングレーズソースが正確に炊けていること。
・折りパイを作成しその結果、小菓子として製品になること。

評価の目安と方法

・フルーツ類のカットは果肉取りがきちんとなされていること。
・ジェラートはスプーンで形よく盛り付けられていること。
・焼いたフィユタージュは、きちんと層ができていて、サクサクした食感がなされていること。

持ち物に関する注意事項

・めん棒を使ってパイを伸ばすが、使い方のテクニックを体得して扱いに慣れること。

西洋料理実習
44

教育内容

献立

西洋料理実習3・4	フルーツグラタン パピヨット仕立て ミルクジェラート添え

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・アングレーズソース、クレームパティシエールの製法を学ぶ。
・料理の前に軽く食するチーズパイの製法を学ぶ。
・ジェラートの製法、スプーンで盛り付けるテクニックを学ぶ。

ポイント

・クレームパティシエールとアングレーズソースの材料は似ているが、それぞれの製法の違いに注意すること。
・速成折りパイはサブラージュのあとは、折っていくので、決してもんだりして混ぜないこと。

教育到達点

・クレームパティシエールとアングレーズがしっかり炊けていること。
・折りパイは焼成後、層ができていること。

評価の目安と方法

・クレームパティシエールとアングレーズがしっかりと炊けていること。
・折りパイは正確にきちんと折ってあること。

持ち物に関する注意事項

・めん棒の扱いに慣れること。

献立名

Papillotes de gratin au fruits avec glace au lait

フルーツグラタン パピヨット仕立て ミルクジェラート添え

番号	分量
44	5人分

材料・調味料	使用量	
Appareil		
lait	75	g
crème 38%	50	g
vanille	1/4	ケ
jaune d'œufs	35	g
sucre semoule	15	g
crème fouettée 38%	100	g
sucre glace	un peu	
200℃　約12分		
Crème pâtissière		
lait	250	cc
vanille	1/6	ケ
jaune d'œufs	2	ケ
sucre semoule	50	g
farine	10	g
poudre à creme	10	g
grand marnier	5	cc
Glace au lait		
lait	300	g
crème 45%	85	g
sucre semoule	35	g
trimoline	20	g
sel	1	pince
vanille	1/6	ケ
stabilisateur	2	g

材料・調味料	使用量	
Fruits frais		
fraise	5	ケ
banane	1	ケ
kiwi	1	ケ
pamplemousse	1	ケ
framboise	10	ケ
myrtille	15	ケ
Feuilletage rapide（アミューズパイ）		
farine	38	g
farine de force	38	g
beurre	55	g
eau froide	38	g
sel	1	g
sel	un peu	
poivre noir	un peu	
poivre de cayenne	un peu	
parmesan	45	g
dorure	un peu	

盛付見本

※接着用のり
un peu de farine de force
un peu de eau

西洋料理理論
45

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	**生ウニとじゃが芋のパンナコッタ　タイムの香り**
	甘鯛の鱗揚げ　イタリアンプレートで
	タコのリゾピラフ　レモングラスの香り

時間数		授業の方法	担当者名
1回	**1時間**	**講義**	**実習課担当職員**

目的

・生ウニとじゃが芋のパンナコッタのポテトはあまり粘りを出さず、キレのあるじゃが芋のピューレをつくる。これを素早くウニ、生クリームと混ぜ合わせ、グラスの中に入れ冷やし固める。
・タコのピラフリゾットはレモングラス風味のブロードをつくることができる。
・アマダイの松笠あげをつくることができる。

ポイント

・タイム風味のじゃが芋のピューレを素早くつくり、ウニクリームとまぜあわせ、グラスに流し入れること。
・レモングラス、カフェライムのきいたブロードをつくり、リゾットピラフを炊くこと。
・オーブンをつかってリゾットを仕上げる場合と、ストーブだけをつかってリゾットを仕上げる両方をマスターすること。
・松笠あげはオリーブオイルをかけながら鱗全体をたてそろえるように仕上げること。

教育到達点

・じゃが芋のピューレ、生ウニ、生クリームがグラスの中で調和するように仕上がっていること。
・リゾットピラフは、レモングラス、カフェライムのよい香りがし、つやよく仕上がっていること。
・アマダイの松笠あげはうろこ全体がぱりぱりに仕上がっていること。

評価の目安と方法

・じゃが芋のパンナコッタ、イタリアンプレートとしてのタコリゾットピラフ、アマダイの松笠あげがきれいにバランスよく盛り付けられていること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
45

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	生ウニとじゃが芋のパンナコッタ　タイムの香り
	甘鯛の鱗揚げ　イタリアンプレートで
	タコのリゾピラフ　レモングラスの香り

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・あまり練りを出さず、キレのあるじゃが芋のピューレを作る。
・素早くウニと合わせ生クリームを加え、グラスに入れ冷やし固める。
・レモングラス風味のブロードを作り、タコのリゾピラフを炊くこと。
・甘鯛の松笠揚げをマスターする。

ポイント

・タイム風味のじゃが芋のピューレを素早く作り、ウニを混ぜ合わせ、グラスに入れること。
・レモングラス、カフェライムの効いたブロードを作り、リゾピラフを炊くこと。
・ストーブを使用してリゾットを炊き、外側にお焦げを作る。
・松笠揚げはオイルを掛けながら鱗を立たせるように揚げ、最後に返して全面を揚げる。

教育到達点

・じゃが芋のピューレ、生ウニ、生クリームがバランス良くグラスの中で調和していること。
・リゾットのようなタコピラフなので、レモングラスの良い香りと外側のお焦げができていること。
・甘鯛の松笠揚げは、1枚ずつ鱗を立たせるように揚げ、パリパリ感が出ていること。

評価の目安と方法	
	・じゃが芋のピューレ、生ウニ、生クリームがバランス良くグラスの中で調和し、上のデコレーションも綺麗であること。 ・イタリアンプレートとして、タコリゾピラフ、甘鯛の松笠揚げが綺麗で整っていること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名	番号	分量
"Riso Pilaf" al Polpo "Citronnelle" タコのリゾピラフ　レモングラスの香り	45	5人分

材料・調味料	使用量	
Riso Carnaroli	250	g
Vino Bianco	50	cc
Burro	10	g
Olio d'Oliva	10	cc
Cipolla	1/2	ケ
Brodo（クラム汁入り）	500	cc
Citronnele（茎）	1	本
Citronnele（葉）	1/8	パック
Kaffer Lime	2～4	枚
Olive	1人2	ケ
Polpo	2	本
Sale e Pepe	適量	
Prezzemolo	1	枝

材料・調味料	使用量	

盛付見本

献立名	番号	分量
“AMADAI” alla Griglia,Fatta con Squami Sollevate 甘鯛の鱗揚げ イタリアンプレートで	**45**	**5人分**

材料・調味料	使用量		材料・調味料	使用量	
AMADAI	50g×5	枚			
【Insalata】					
Rucola	1/2	パック			

献立名	番号	分量
Panna Cotta con Riccio di Mare e Patate 生ウニとじゃが芋のパンナコッタ　タイムの香り	**45**	**5人分**

材料・調味料	使用量		材料・調味料	使用量	
Patata	200	g			
Cipolla	1/2	ケ			
Porro	1/8	本			
Timo	1/2	枝			
Brodo	200	cc			
Sale e Pepe	適量				
Latte	50	cc			
Crema di Latte（panna)	100	cc			
Gelatina	1	枚			
Riccio di Mare	100	g			
Beurre	10	g			
Crema di Latte（panna）	60	cc			
Curry in polvere	適量				
木の芽	1人1	枚			

西洋料理理論
46

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	帆立貝とアンディーブのパイ詰め
	若鶏もも肉のグランデュック

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・帆立貝について。(旬や収穫場所、見極めなど)
・グランデュック、名前の由来について。
・バターライスの作り方。

ポイント

・鶏もも肉に詰め物をするので皮を傷つけないようにする。
・帆立貝はバターで軽くソテーする。
・バターライスはあがったらすぐ混ぜ、数分蒸らす。

教育到達点

・鶏をおろす際は骨に沿ってナイフを入れる。
・鶏もも肉の成形がキレイに仕上がっている。
・生クリームの濃度が丁度良く仕上がっている。

評価の目安と方法

・帆立貝、アンディーブ、パイがバランス良く盛り付けられていること。
・鶏腿は型良くバランスよく盛られていること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
46

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	帆立貝とアンディーブのパイ詰め
	若鶏もも肉のグランデュック

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・帆立貝の火の入れ方に注意。
・骨付き鶏もも肉の掃除の仕方。
・鶏もも肉のジャンボノートへの成形。
・バターライスの作り方。

ポイント

・帆立貝は火を入れ過ぎると固くなるため、火を入れ過ぎない。
・骨付き鶏もも肉の皮を傷つけないように身と骨を外す。
・鶏ももに詰め物をし、成形し糸で荒く縫う。
・バターライスはお米をしっかりと炒めブイヨンで炊く。

教育到達点

・帆立貝をしっとりと火入れできる。
・骨付き鶏もも肉をきれいに掃除することができる。
・鶏もも肉の成形、火入れを通しきれいな形で仕上げられる。
・バターライスがパラパラに炊きあげることができる。

評価の目安と方法

・帆立貝が味良くしっとり仕上がっている。
・骨付き鶏もも肉がきれいに掃除でき、ジャンボノーに成形できている。
・バターライスが状態良く炊き上がっている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名

Feuillete de St-jacques á l'Effiloche d'Endives

帆立貝とアンディーブのパイ詰め

番号	分量
46	5人分

材料・調味料	使用量	
Endives	1人1/2	ケ
Sucre	15	g
Fond de blanc	80	cc
Crème	100	cc
St-jaqus	1人1/2	ケ
Farine	un peu	
Asperge	5	本
Beurre	適量	
Sel,Poivre	適量	
Caviar	適量	
Feuilletage	1	枚
Beurre	5	g

材料・調味料	使用量	

盛付見本

献立名
Cuisse de Volaille Grand-duc 若鶏もも肉グランデュック

番号	分量
46	5人分

材料・調味料	使用量	
Cuisse de Volaille	5	本
Poitrine de volaille blanc	50	g
Jambon	150	g
Oignon	1	ケ
Estragon	少々	
Vin blanc	100	cc
Sauce demi-glace	200	cc
Crème	100	cc
Jus de tomate	100	cc
Beurre	60	cc
Sel,Poivre	少々	
Bouillon	150	cc

材料・調味料	使用量	

盛付見本

西洋料理理論
47

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	ブロッコリーのミネストラ　ローマ風
	鶏もも肉の赤ピーマンソース/クレーム　ブリュレ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・ブロッコリーやカリフラワーの花蕾は切り落とすだけだと散らばってしまう。掃除の仕方を覚えてシンプルなミネストラを作る。
・鶏肉の胸肉をソテーしてきれいな焼き色を付け、煮込んでパプリカのソースをかけて仕上げる。ソースの濃度の調整を覚えよう。
・クレームブリュレをチーズ風味にして反復する。

ポイント

・ブロッコリーやカリフラワーなど花蕾の掃除を知る。
・パプリカの掃除の仕方を覚える。そのパプリカを使ってソースを作る。
・クレームブリュレの応用。

教育到達点

・花蕾の掃除ができる。
・パプリカを焼き色落ちしないで皮が剥けていること。
・クレームブリュレはなめらかに仕上げること。

評価の目安と方法

・仕上がったスープに細かい花蕾が入っていなく美味しくきれいに仕上がっていること。
・鶏をきれいに焼き色を付け、適度な濃度になったパプリカのソースがかかっていること。
・手順を間違えること無くなめらかなクレームブリュレが出来上がること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
47

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	ブロッコリーのミネストラ　ローマ風
	鶏もも肉の赤ピーマンソース/クレーム　ブリュレ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・ブロッコリーの茎、花蕾の掃除の仕方を学んで調理していきミネストラにしていく。
・鶏肉をソテーしてきれいな焼き色の付け方を覚える。またパプリカの皮を剥いてソースとして仕上げていく。
・1年次製菓で習ったクレームブリュレをチーズ風味にして反復する。

ポイント

・具材の余り多くないシンプルなミネストラなので、具材を良くソテーして味を引き出すこと。
・鶏モモ肉を色よくソテーし仕上げる。
・パプリカの皮を剥く時は、皮を強火で炭状になるまで焼き、手早く剥くこと。

教育到達点

・ブロッコリーやカリフラワーなどの花蕾の掃除の仕方を覚え、清潔感のある仕ことを覚えること。
・パンチェッタや具材の野菜などを良くソテーし旨味を引き出す。
・パプリカを皮を色落ちすることなく剥けている。
・滑らかなクレームブリュレができること。

評価の目安と方法

・まな板の上、実習台の上など花蕾が散らばっていない。
・ミネストラの具材を良くソテーして、コクと甘味のあるミネストラに仕上がっている。
・煮あがった鶏肉に焼き色　香ばしさが残っていてソースが程よい濃度になっている。
・クレームブリュレにすが入っていなく、滑らかに仕上がっている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名
Minestra di Broccoli alla Romana ブロッコリーのミネストラ　ローマ風

番号	分量
47	5人分

材料・調味料	使用量	
Broccoli	1/2	株
Pasta	50	g
Pancetta	40	g
Salsa di Pomodoro	50	cc
Pecorino	10	g
Brodo	600	cc
Aglio	1/2	片
Olio Extravergine d'Oliva	20	cc
Sale/Pepe		

材料・調味料	使用量	

盛付見本

献立名	番号	分量
Coscia di Pollo Salsa Peperone Rosso 鶏もも肉の赤ピーマンソース	47	5人分

材料・調味料	使用量		材料・調味料	使用量	
Coscia di Pollo	1人1	本			
Peperone Rosso	1	ケ			
Cipolla	1/2	ケ			
Pomodoro	1	ケ			
Alloro	1	枚			
Vino Rosso	150	cc			
Sugo di Carne	100	cc			
Panna	100	cc			
Prezzemolo	2	本			
Limone	1/4	ケ			
Farina	適量				
Sale Pepe	適量				

献立名	番号	分量
Crème Brûlée クレーム　ブリュレ	47	5人分

材料・調味料	使用量		材料・調味料	使用量	
Lait	100	cc			
Crème	250	cc			
Sucre	50	g			
Jaund'Ouef	3	ケ分			
Fromage à la crème	85	g			
Cassonade					

西洋料理理論
48

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	鴨もも肉のコンフィ
	鴨のローストとコンソメ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・鴨の部位による肉質の違いとそれに合う調理法について。
・コンフィとアロゼの調理法とその効果を学ぶ。
・肉を休ませることによる効果と利点。

ポイント

・鴨モモ肉は1日マリネし、余分な水分を抜き味をつける。
・脂の温度を90℃強にキープし煮ていくことで肉質が変化していく。
・鴨胸肉は皮目からじっくりと焼き上げなら、アロゼし上からも火を入れる。

教育到達点

・鴨の部位による肉質の違いを理解する。
・コンフィの方法を理解し適した食材を知る。
・アロゼの効果を知り実際に調理することができる。

評価の目安と方法

・固い肉質をコンフィを利用し柔らかく調理できている。
・アロゼを行い上からも火を入れることによる効果を理解し調理できる。
・鴨肉の部位による肉質の違いを知り調理できる。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
48

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	鴨もも肉のコンフィ
	鴨のローストとコンソメ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・鴨モモ肉をコンフィにし、柔らかく調理する。
・鴨胸肉のローストをアロゼしながら行うことによる効果。
・肉を焼き上げたあと、休ませることによる効果。
・野菜のピューレ利用した肉のソース。

ポイント

・脂で長時間煮て肉がパサつかないように柔らかくする。
・脂の温度が一定であるように温度管理を行う。
・鴨のローストは弱めの火で皮目から脂を出すように焼く。
・肉を休ませ肉汁を閉じ込め、ロゼに仕上げる。

教育到達点

・固い肉質をコンフィを利用し柔らかく調理できる。
・アロゼを利用し、オーブンに入れたように仕上げることができる。
・鴨のローストをロゼに仕上げることができる。
・野菜の味と香りを濃縮しソースに利用できる。

評価の目安と方法

・鴨モモ肉のコンフィが柔らかくしっとりと仕上がっている。
・鴨胸肉のローストが香ばしく、ロゼに焼き上がっている。
・味良く香ばしく仕上がっている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名
Confit de cuisse de canard 鴨もも肉のコンフィ

番号	分量
48	5人分

材料・調味料	使用量	
Cuisse de canard	2	本
Sel	1.3	%
Sucre	0.4	%
Poivre	適量	
Ail	1/4	片
Thym	1	枝
Laurier	1/4	枚
Lard	適量	

材料・調味料	使用量	
Pomme de terre	1	個
Ail	1/4	片
Thym	1	枝
Laurier	1/4	枚
Huile d'olive	適量	
Cresson	1/2	束
Endive	1/3	個
Sauce vinaigre	適量	
Moutarde（ポメリー）	30	g

盛付見本

献立名
Canard rôti et Consommé 鴨のローストとコンソメ

番号	分量
48	5人分

材料・調味料	使用量	
Canard	2	枚
Poireau（葉）	1/4	本分
Pomme de terre	30	g
Consommé	150	cc
Huile d'olive（EXV)	30	g
Sel・Poivre	適量	

材料・調味料	使用量	
DAIKON	1/4	本
Consommé	400	cc
Poireau	1/4	本
Huile de frire	適量	
Sel	適量	

盛付見本

西洋料理理論
49

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	学園祭について
	若鶏のガランティーヌ ゼリー飾り／幼鴨のテリーヌ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・鶏の背開き。(風呂敷)
・鴨の背開き。
・ガランティーヌを使う用途。

ポイント

・鴨は脂肪と肉はきれいに取り外す。皮は傷つけない。
・鶏は開いて厚さを均等にする。
・骨に沿っておろすこと。

教育到達点

・ガランティーヌの作り方を理解する。
・火が入っているか分かる。
・低温で火を入れられたか。

評価の目安と方法

・ガランティーヌの中(フォワグラ)が真ん中になってきれいに包めている。
・しっかりと味ができている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
49

教育内容

献立

西洋料理実習3・4	学園祭について
	若鶏のガランティーヌ ゼリー飾り／幼鴨のテリーヌ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・鶏を風呂敷におろす。
・詰め物の野菜の切りそろえと火入れ。
・低温での火入れの方法。

ポイント

・鶏の骨格を理解しながら1枚におろす。
・ガランティーヌの野菜を切りそろえる。
・肉をしっかりと練り合わせ空気が入らないように詰める。

教育到達点

・鶏の骨格を理解し1枚におろすことができる。
・ガランティーヌを断面を考えきれいに成形できる。
・低温での焼き上がりを理解する。

評価の目安と方法

・鶏の骨格を理解し1枚におろせている。
・ガランティーヌが綺麗に包めている。
・味よくしっとりと焼き上がっている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名

Glantine de Poulet a la geree

鶏のガランティーヌ　ゼリー飾り

番号	分量
49	5人分

材料・調味料	使用量	
Poulet	1	羽
Porc	200	g
Lard	150	g
Poulet	200	g
Pistache	適量	
SHITAKE	1	パック
Muscade	適量	
Œuf	1	個
Cognac	15	cc
Canard	1	枚
Lard	2	枚

作り方

①鶏は背開きにする。

②豚正肉・背脂・鶏胸肉は挽肉にし、ピスタチオ・シイタケナツメグ・卵・コニャック・塩・胡椒を合わせ混ぜる。

③鴨胸肉は筒状に成形し背脂を巻く。

④①の鶏に②を乗せ、③が中心になるように巻く。カンレイシャなどで包みタコ糸で成形する。

⑤ブイヨンで④を静かに煮、火を通す。火が入ったらカンレイシャを巻き直す。

材料・調味料	使用量	
Consomme Gelee		
Aspic	50	g
Gelatin	50	g
Eau	1	ℓ
Sel	適量	

盛付見本

献立名
Terrine de Caneton 幼鴨のテリーヌ

番号	分量
49	5人分

材料・調味料	使用量	
Caneton	1	羽
Foie de volaille	150	g
Maigre de porc	500	g
Œuf	1	個
Lard gras	250	g
Thym	適量	
Laurier	適量	
Crème	50	cc
Cognac	30	cc
Madere	30	cc
Pistache	35	g
Foie-gras	2	枚
Lard gras	1	枚

作り方

①鴨は背開きにし脂肪と肉をきれいにとりはずす。

②鴨肉・鶏レバー・豚正肉・背脂は挽肉にし、卵・生クリーム・コニャック・マデラ酒・ピスタチオ・塩・胡椒を合わせ混ぜる。

③フォアグラは円柱状に成形し背脂を巻く。

④テリーヌ型に①の鴨皮を入れ、②詰め、中央に③を入れ、更に②を詰め、タイム・ローリエを乗せアルミホイルをかぶせてオーブンで焼く。

材料・調味料	使用量	
Cuisse de Canard	2	本
Foie de volaille	100	g
Maigre de porc	350	g
Œuf	1/2	個
Lard gras	50	g
Thym	適量	
Laurier	適量	
Crème	20	cc
Cognac	15	cc
Madere	15	cc
Pistache	適量	
Foie-gras	1	枚
Lard gras	1	枚

盛付見本

西洋料理理論
50

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	学園祭について
	野菜のテリーヌ（ブルテのテリーヌ／キャロットグラッセのテリーヌ）

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・それぞれの野菜のテリーヌを綺麗に美味しく製作することができる。
・テリーヌの作り方のポイントと“コツ”を自分の中でマスターする。

ポイント

・ブルテは1種類ごとに冷やし固めながらバランスを考え丁寧に行う。
・グラッセのテリーヌは野菜の歯ごたえも考慮しながら仕上げる。
・味、見た目、皿に盛り付けた時のバランスも常に考えながら行う。

教育到達点

・どこをカットしても同じようにバランスよく組み立てられてている。

評価の目安と方法

・どこをカットしても同じクオリティーを維持していることがテリーヌにはとても重要。
・味のバランス、見た目など全てのことに注意しながら愛情を込めて型の中に詰め込んでいくことが大切。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
50

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	学園祭について
	野菜のテリーヌ（ブルテのテリーヌ／キャロットグラッセのテリーヌ）

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・野菜を使用したテリーヌを綺麗に仕上げることができる。
・すべての野菜の食感を同じ状態に揃えることができる。
・ヌードル状にカットした人参を崩さずにグラッセする。
・テリーヌの切った断面をスケッチできる。

ポイント

・全ての野菜をピューレ状に同じ状態に仕上げる。
・テリーヌの断面を最初の計画通りに作り上げる。
・1つ1つの工程を丁寧に行う。
・色彩と形のバランスを取りながら。

教育到達点

・ブルテのテリーヌは色のバランス、見た目も大切なポイント。
・グラッセのテリーヌはパープルキャロットが色落ちするので、考慮する。

評価の目安と方法

・どこをカットしても同じクオリティーを維持していることがテリーヌにはとても重要。
・味のバランス、見た目など全てのことに注意しながら愛情を込めて型の中に詰め込んでいくことが大切。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名
Velouté ブルテのテリーヌ

番号	分量
50	5人分

材料・調味料	使用量	
白インゲン豆ピューレ	150	cc
人参ピューレ	150	cc
カボチャピューレ	150	cc
グリーンピースピューレ	150	cc
アスピック	150	cc

材料・調味料	使用量	

盛付見本

献立名
Carotte キャロットグラッセのテリーヌ

番号	分量
50	5人分

材料・調味料	使用量	
京人参	1/2	本
人参	1	本
紫人参	1/3	本
黄人参	1/2	本
グラニュー糖	適量	
冷水	適量	
塩・コショウ	適量	
バター	適量	

材料・調味料	使用量	

盛付見本

西洋料理理論

51

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	学園祭について　Terrine de Poisson（魚のテリーヌ）／Miroir（ミロワール）／Aspic（アスピック）／Aumonière(茶巾)

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・テリーヌ型で作りできたものをテリーヌというが、魚介で作ったテリーヌを実習する。白色・黄色・緑色の3種類の色の魚のムースを作り、舌平目や海老を具材に入れて作る。
・ミロワールとは鏡という意味で、スモークサーモンと飾りを盛り込み、鏡のようにキラキラしたコンソメゼリーで仕上げて自由な大きさでカットし盛り込む。
・アスピックは色々な食材を、コンソメゼリーで固めカットしたり、そのままを盛り付ける。
・茶巾では、ラップで海老や野菜をコンソメゼリーで包み冷やし固めてラップから取り出して盛り込む。

ポイント

・魚介のムースの反復と着色の仕方と層にする仕方を覚える。
・色づけの時に各ムースの硬さを同じ位にすること。
・層にする時は高さ（量）を考え同じ高さに仕上げる。
・ミロワール他に入る各野菜を丁寧に2~3㎜にカットして大きさを合わせる。

教育到達点

・魚のムースを作り、魚のテリーヌが作れるようになる。
・魚のムースをテリーヌ型に絞る時には、空気を入れないように少しづつ入れて綺麗な面を作り出すようにする。
・魚のテリーヌを綺麗にカットできるようにする。
・ミロワール、アスピック、オムニエールを知り、作れるようになること。

評価の目安と方法

・魚のテリーヌをカットした時に気泡がなく、3色が綺麗な層で出来上がっていること。
・魚のテリーヌをお皿に盛り込む時の向きが間違えていないこと。また味が整っていること。
・ミロワール他に入る各野菜の大きさが同じであること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習

51

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	学園祭について　Terrine de Poisson（魚のテリーヌ）／Miroir（ミロワール）／Aspic（アスピック）／Aumonière(茶巾)

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・魚のムースの反復。ムースを色付けし、テリーヌ型に絞って火を入れて魚のテリーヌを作る。
・テリーヌに具を入れる時の注意点を覚えること。出来上がったテリーヌのカットの仕方を覚える。
・ミロワール、アスピック、オムニエールの野菜の切り方に注意し丁寧にカットする。

ポイント

・魚のムースの硬さを3色共に同じ硬さに仕上げる。
・魚のムースをテリーヌ型に絞る時に空気が入らないようにし、高さを揃えること。
・ミロワール、アスピック、オムニエールの野菜の大きさを揃えカットする。
・ミロワールをカットする時には表面に触れないようにする。

教育到達点

・魚のテリーヌの層が均一で具材がバランス良く入れてあること。
・テリーヌや各野菜のカットが丁寧であって綺麗である。
・ミロワール、アスピック、オムニエールの具材のバランスが良く配置されている。
・ミロワールが綺麗に仕上がり、表面が綺麗にカットされている。

評価の目安と方法

・魚のテリーヌの層が均一で具材がバランス良く入っていて厚さが均等にカットされ盛り込まれていること。
・ミロワールの表面が汚れていないでカットされて盛り込まれていること。
・各野菜のカットが丁寧であり、大きさが均等であること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名	番号	分量
Terrine de Poisson（魚のテリーヌ）/Miroir（ミロワール）/ Aspic（アスピック）/Aumonière(茶巾) 学園祭について	51	5人分

材料・調味料	使用量	
Poisson à chair blanche	1	パック
Crème	100 ~ 150	cc
Blanc d'Œuf	1	ケ分
Vin blanc	5	cc
Noilly	5	cc
Sel.Poivre	適量	
ST-Jaques	2.5	ケ
Crevette	8	本
Sole	0.5	枚
Saumon	1/5	本

材料・調味料	使用量	
Crevette	2	本
ST-Jaques	1	ケ
DAIKON	2	cm分
EDAMAME	4	粒
Carotte	1/4	本
Carotte（黄）	1/4	本
木の芽	4	枚
ゼラチン	20	g
水	200	cc

盛付見本

西洋料理理論
52

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	学園祭について
	パテドカンパーニュ /スズキのパイ包み焼き

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・パテの火入れの方法と焼きあがり。
・練りパイの作り方と飾り付け。
・折りパイと練りパイの作り方と焼きあがりの違い。
・スズキの3枚卸しと掃除について。
・魚のムースの作り方。

ポイント

・練りパイは温度が上がらぬよう練り上げ均等な厚さにする。
・パテの火入はパイに焼き色を付け温度を落とし、しっとりと焼き上げる。
・魚のムースはしっかりと粘りをだし滑らかに仕上げる。
・魚の形になるように成形し飾り付ける。

教育到達点

・練りパイ生地を作るさいの注意点を理解し調理できる。
・パテドカンパーニュを焼き上げるさい、パテの温度が上がりすぎないようしっとりと焼き上げる。
・スズキを卸し掃除することができ、きれいなフィレにできる。

評価の目安と方法

・パイ生地を使った料理を知りそれぞれ、形、味良く仕上げられている。
・パイ生地が焼き色、ツヤ共にきれいに焼きあがっている。

持ち物に関する注意事項

・ホイッパー、カード、パレットナイフなどの製菓道具の扱いに慣れること。

西洋料理実習
52

教育内容

献立

西洋料理実習3・4	学園祭について
	パテドカンパーニュ /スズキのパイ包み焼き

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・パテドカンパーニュの作り方と飾り付け。
・練りパイを作り、均等に伸ばし焼き上げる。
・折りパイを利用した調理と仕上がり方。
・パイ包み焼きの成形と焼き上げ。

ポイント

・練りパイを同じ厚さに伸ばし、型に詰める。
・肉をしっかりと練り合わせ空気が入らないように詰める。
・パイに焼き色を付いたら温度を落としパテにしっとりと火を入れる。
・魚のフィレとムースで形を整え、折りパイで魚の形にする。
・卵黄を使い結着、ツヤ出しを行う。

教育到達点

・パテの低温での焼き上がりを理解する。
・練りパイ生地を状態良く作ることができる。
・魚のムースを滑らかな状態で作れる。
・パイ生地を色、ツヤ良く焼き上げることができる。

評価の目安と方法

・パテドカンパーニュが味よくしっとりと焼きあがっている。
・パテドカンパーニュを切った時にアスピックゼリーがしっかりと入り仕上がっている。
・スズキのパイ包み焼きが形良く仕上がっている。

持ち物に関する注意事項

・パレットナイフ、カード、絞り袋の扱いに慣れること。

献立名
Pâte de Campagne 田舎風パテ

番号	分量
52	5人分

材料・調味料	使用量	
Jambon	100	g
Porc	100	g
Lard	140	g
Veau	70	g
Œuf	1/2	個
Sel	4	g
Poivre	適量	
Muscade	適量	
Pistache	5	g
Cognac	10	cc
Porto	15	cc
Consomme gelée	適量	
Jaune d'Œuf	適量	

材料・調味料	使用量	
Farine	125	g
Farine de gruau	125	g
Beurre	125	g
Eau	50	cc
Œuf	1/2	個
Sel	適量	
Farine	160	g
Farine de gruau	160	g
Beurre	200	g
Œuf	1	個
Laite	30	cc
Sel	6	g
Sucre	15	g

盛付見本

献立名
Loup en croûte スズキのパイ包み焼

番号	分量
52	5人分

材料・調味料	使用量	
Loup	1	尾
Feuillretage	1	枚
Mousse de poisson	500	g
Sel・Poivre	適量	
Jaune d'Œuf	2	個

材料・調味料	使用量	
【Mousse de poisson】		
Quenelle de poisson	200	g
Saint jacques	3	個
Crevette	5	尾
Blanc de Œuf	1	個分
Sauce americaine	50	cc
Crème	150	cc
Noilly prat	10	cc
Cognac	5	cc
Sel・Poivre	適量	

盛付見本

西洋料理理論

53

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	テリーヌのカットとゼリーがけ 盛り込み方

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・テリーヌやパテ、ガランティーヌ等の切り方。
・ゼラチンの固まる温度を理解し利用する。
・プラッターやミラーなど大皿への盛り込みについて。

ポイント

・包丁をしっかりと動かし包丁の切れ味を利用して切る。
・カットの厚さは均等にし、きれいな面を上にする。
・ゼラチンを扱うさいは、お湯と氷を用意して温度管理をする。
・盛り込みは、全体のバランスを考えて盛り込む。

教育到達点

・それぞれの固さを理解し均等な厚さで切ることができる。
・ゼリーの固まる温度を理解し刷毛できれいにゼラチンがけできる。
・大皿に盛り込むさい、空間や向きを考え盛り込むことができる。

評価の目安と方法

・力で切らず包丁の切れ味を利用し切ることができている。
・薄く鏡面のようにゼリーがけができている。
・プラッターやミラーの特徴を考えバランス良く盛り込めている。

持ち物に関する注意事項

・ホイッパー、カード、パレットナイフなどの製菓道具の扱いに慣れること。

西洋料理実習
53

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	テリーヌのカットとゼリーがけ 盛り込み方

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・テリーヌやパテ、ガランティーヌ等を均等な厚さで切る。
・ゼラチンがけを行い、表面をきれいに仕上げる。
・プラッターに料理を盛り込む。

ポイント

・固さを確認しながら下に押し付けないように切る。
・ゼリーを下塗り、本塗と行い平らに仕上げる。
・プラッターにテリーヌをバランス良く盛り込む。

教育到達点

・均等な厚さできれいに切ることができる。
・ゼリーがけを理解し凹凸なく仕上げられる。
・プラッターと料理のバランスを考え盛り込める。

評価の目安と方法

・それぞれ均等な厚さで切れている。
・ゼリーがけが凹凸なく仕上がっている。
・プラッターと料理がバランス良く盛り込めている。

持ち物に関する注意事項

・パレットナイフ、カード、絞り袋の扱いに慣れること。

献立名
テリーヌのカットとゼリーがけ プラッターの作り方から盛り付けまで

番号	分量
53	5人分

材料・調味料	使用量	
Terrine	適量	
Eau	200	cc
Gelatine	20	g

材料・調味料	使用量	

盛付見本

西洋料理理論

54

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	ブッシュ・ド・ノエル　フランボワソルベと共に

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・料理の最後を締めくくるデザートの位置づけを理解し、その大切さを実習を通して学ぶ。
・クリスマスの代表的なケーキを作成することで、歴史や文化を学ぶ。
・ソルベの製法について学ぶ。

ポイント

・ビスキュイ、ムース、クリームで構成され、巻いてロールにするが、均一に巻くようにする。
・ムースはビスキュイで巻くために固めに作り、生地の上に平均に伸ばす。
・皿の上にブッシュ・ド・ノエルを置き、キャンバスに見立てて、絵を描くように仕上げる。

教育到達点

・ロールに巻くとき同じ太さで巻けること。
・仕上がりが一つの作品としてクリスマスをイメージできるものになること。

評価の目安と方法

・すべてのアイテムが作成できて、一つのアシェットデセールとしての一品に仕上がっていること。

持ち物に関する注意事項

・ホイッパー、カード、パレットナイフなどの製菓道具の扱いに慣れること。

西洋料理実習
54

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	ブッシュ・ド・ノエル　フランボワソルベと共に

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・クリスマスメニューとしてのブッシュ・ド・ノエルをアシェットデセールとしての盛り付けを学ぶ。
・ソルベの製法、スプーンで盛り付けるテクニックを学ぶ。

ポイント

・ビスキュイカフェは卵と砂糖、ハチミツを湯煎で温めてから良く立てて、粉と合わす。
　生地をカードで伸ばすとき、同じ厚さになるように伸ばす。
・マスカルポーネクリームは固めに作る。
・生地をロール状に巻くとき、同じ太さになるように平均に巻く。

教育到達点

・ブッシュ・ド・ノエルを皿の上で仕上げて、一つの作品として完成度の高いものにすること。

評価の目安と方法

・ノエルは丸く巻けている。周りのクリームも木に見立てて絞られてできていること。

持ち物に関する注意事項

・パレットナイフ、カード、絞り袋の扱いに慣れること。

献立名

Bûche de Noël avec Sorbet de framboise

ブッシュ・ド・ノエル　フランボワソルベと共に

番号	分量
54	5人分

材料・調味料	使用量	
Biscuit café		
œufs	4	p
sucre semoule	100	g
miel	20	g
lait	30	g
nescafe	10	g
farine	40	g
B.P	0.5	g
Sorbet de framboise		
puree de framboise	200	g
eau	100	g
sucre semoule	30	g
trimoline	40	g
Crème de mascarpone		
sucre semoule	40	g
eau	12	g
jaune d'œufs	24	g
gelatin	8	g
mascarpone	50	g
crème fouettée(38%)	180	g
Crème chantilly au café		
crème 38%	250	g
sucre semoule	25	g
trabrit	12	g

材料・調味料	使用量	
Plaque chocolat		
chocolat noir	60	g
Crème au beurre		
blanc d'œufs	70	g
sucre semoule	180	g
eau	60	g
beurre	220	g
color vert	un peu	
color jaune	un peu	
Meringue champignon		
blanc d'œufs	50	g
sucre semoule	50	g
sucre glace	30	g
lait écrémé	20	g
Finition		
poudre décor /poudre de cacao / crème au beurre(vert)/Xmas ornament meringue champignon		

盛付見本

西洋料理理論
55

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	実技試験課題 舌平目のクッション小海老添えグラタン

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・料理の作業を通して、調理技術の習得度を測る。

ポイント

・舌平目の骨に沿って包丁を入れる。
・ルーをしっかりと炒め､牛乳を数回に分けて加える。

教育到達点

・舌平目の3枚卸を理解できる。
・ソースの煮詰め具合による違いを理解する。

評価の目安と方法

・舌平目は上手に下ろせ、魚のムースと共に火が入っているか。
・ソースの味、濃度が適正であるか。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
55

教育内容

献立

西洋料理実習3・4	実技試験課題
	舌平目のクッション小海老添えグラタン

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・舌平目の下ろし方。
・舌平目の火入れの確認。
・ベシャメルの作り方。

ポイント

・ムース入りの舌平目をくずさないように火を入れる。
・ベシャメルを基本としたソースを作る。

教育到達点

・作り方の手順を覚える。

評価の目安と方法

・舌平目はくずれていないこと。
・ソースの煮詰め方が適正か。
・味が整っているか。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名

Filet de sole à la cousin et crevettes au gratin

舌平目のクッション小海老添えグラタン

番号	分量
55	5人分

材料・調味料	使用量	
Sole	1	枚
Crevettes	2	尾
Champignons	1	ヶ
Échalote	15 ~ 20	g
Mousse de poisson	40	g
Beurre	8	g
Farina	8	g
Lait	100	cc
Vin Blanc	50	cc
Fumet de Poisson	150	cc
Beurre	1	カケ
Persil	1	枝
Hollandaise sauce	9	g
<Mousse de poisson (14人前) >		
Quenelle de poisson	400	g
Blanc d'Œuf	40	g
Crème	150	cc
Vin Blanc	15	cc

材料・調味料	使用量	
sauce béchamelle		

盛付見本

西洋料理理論

56

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	鶏のデコレーション
	ショーフロアソース

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・丸鶏を使った調理の仕方と、デコレーション。
・肉、魚、甲殻類ごとのショーフロアソースの作り方。
・ショーフロアソースのかけ方と温度管理。

ポイント

・丸鶏は火入れあと、皮をはいでショーフロアソースをかける。
・ショーフロアソースは、食材によってベースを変える。
・ショーフロアソースの固まる温度を理解し濃度を調えながら使う。
・ショーフロアソースは食材にレードルなどで一気にかける。

教育到達点

・食材の下処理と火入れについて理解する。
・食材ごとのショーフロアソースが作れる。
・ショーフロアソースの温度による状態の変化を理解している。
・ツヤを出すようにショーフロアソースをかけれる。

評価の目安と方法

・ショーフロアソースが滑らかな状態でできている。
・ショーフロアソースが食材に均一な厚さでかかっている。
・ショーフロアがツヤのある状態で仕上がっている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
56

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	鶏のデコレーション
	ショーフロアソース

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・鶏のデコレーションの仕方。
・ショーフロアソースの作り方。
・ショーフロアソースを使った料理の作り方。

ポイント

・鶏は鎖骨をとって成形し火を通したあと、しっかりと冷やしてから使う。
・滑らかなブルテを使いクリーム、ゼラチンを加えショーフロアソースを作る。
・ショーフロアソースをかけるさい、お湯と、氷水を用意し温度管理をしっかりと行う。

教育到達点

・鶏の下処理と火入れについて理解する。
・ブルテを利用したショーフロアソースが作れる。
・ショーフロアソースを温度管理しながらかける。

評価の目安と方法

・ショーフロアソースが滑らかな状態でできている。
・ショーフロアソースが鶏に均一な厚さでかかっている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名
Chaud-froid ショーフロア

番号	分量
56	5人分

材料・調味料	使用量	
Poulet	1	羽
Sauce Béchamel	100	cc
Sel・Poivre	適量	
Sauce Chaud-froid	600	cc
【Sauce Béchamel】		
Farine	20	g
Beurre	20	g
Lait	200	cc
【Sauce Chaud-froid】		
Farine	50	g
Beurre	40	g
Bouillon	500	cc
Créme	100	cc
Gélatine	40	g
Sel・Poivre	適量	
Pomme de terre（乾燥）	50	g
Gélatine（1ℓに100g）	50	cc分

材料・調味料	使用量	
【Tomate farci】		
Tomate（3S）	2	個
Pomme de terre	1/2	個
Carotte	1/4	本
Concombre	1/4	本
Oignon	1/4	個
Mayonnaise	30	g
Sel・Poivre	適量	
【Tartelette de Jambon】デモのみ		
Jambon	50	g
Sauce Béchamel	50	g
Sel・Poivre	適量	
Tartelette	4	個
Pistache	4	粒

盛付見本

西洋料理理論
57

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	鴨胸肉、フォアグラ、ナスの“キエフ風”マデラソース
	帆立貝のニンニク風味　フランス産きのこのソース

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・ホテルのシェフをお招きしてフランス料理を学ぶ。
・鴨胸肉の掃除の仕方を学ぶ。
・フランス産きのこの掃除の仕方を学ぶ。
・帆立の火の入れ方を学ぶ。

ポイント

・鴨胸肉の筋にできる限り肉をつけないよう、包丁を肉に押し付け刃を上向きにしフランス産のフレッシュなきのこの種類を把握し、ハケで周りの泥や枯葉を優しく取り水につける。
・バターをノワゼット状にし中心がレアになるように仕上げる。

教育到達点

・鴨胸肉の筋の付き方を理解し、掃除ができていること。
・フレッシュなフランス産きのこに触れ、適切に掃除できていること。
・帆立の中心がレアになるように火加減を調整できていること。

評価の目安と方法	・キエフ風本来の料理を理解し、応用である料理を調理できる。 ・フランス産のきのこそれぞれの味を知る。 ・帆立を固くならないように火入できる。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
57

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	鴨胸肉、フォアグラ、ナスの“キエフ風”マデラソース
	帆立貝のニンニク風味　フランス産きのこのソース

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・鴨胸肉の掃除の仕方を理解する。
・“キエフ風”を知る。
・フランス産のきのこを知り、きのこソースを学ぶ

ポイント

・茄子は最短で火を通すために電子レンジを使用する。
・パネをしてブールクラリフェで焼き上げてオーブンに入れるが、オーブンからだしたらその分休ませる。
・帆立貝には、香りをうつしていきたいのでニンニクを差し込み、ベーコンを巻きつけタイムをさしてとめる。
・きのこは水分がしっかりなくなるまで炒める。

教育到達点

・鴨胸肉は筋や皮の掃除ができる。
・綺麗な黄金色で焼き上げられる。
・使用したフランス産のきのこの名称を覚える。

評価の目安と方法

・お肉を切った時に、火が入り過ぎずにレアな状態になっていること。
・ソースは丁度良い濃度、味に仕上がっていること。
・ガルニは切り揃えがしっかりできていること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名

Catelette de “KIEV” de canard,foie gras et aubergines sauce Madere

(鴨胸肉、フォアグラ、ナスの゛キエフ風″マデラソース)

番号	分量
57	5人分

材料・調味料	使用量	
Magret de Canard	2	枚
aubergines	5	本
foie gras	40ｇ×人数	
crape	5	枚
farine		
oufes		
chapelure（パン粉）		
beurre clarifier	100	cc
【SAUCE】		
Fond de Veau	200	cc
Madere	200	cc
cognac	100	cc
【GARNITURE】		
celerirave	150	g
pomme（リンゴ）	1	
late（牛乳）		
kaki（柿）		
herb salad（ハーブ、チコリetc)		
vin blance wine vineger		
houil d'olive		
moutarde		
Sal et poivre		

【下準備】

①マグレの皮を取り掃除しておく。

②茄子は皮をむき電子レンジで火を入れておく。

③クレープを焼いておく。

【作り方】

1) 鴨にアセゾネをして焼き色を付けておく。

2) フォアグラを焼き上げ冷まし、茄子、鴨、とともにクレープで包み形を整えておく。

3) リンゴ、根セロリの皮をむき、牛乳、ローリエで煮込んでピューレを作る。

4) 柿は皮をむき、バターで軽く焼き色を付けて温める。

5) パネをして、beurre clarifier で焼き色を付け、オーブンで火を入れ休ませておく。

6) ソースを作る。マデラ酒、コニャックを 1/2 に煮詰め、フォンド・ヴォーを入れて煮詰め、バターでモンテして仕上げる。

7) お皿に鴨とガルニチュール、ソースを盛り付けて完成。

盛付見本

献立名
Noix de St-Jacques a l'ail sauce aux zhampigons (帆立貝のニンニク風味　フランス産きのこのソース)

番号	分量
57	5人分

材料・調味料	使用量	
champigons	適量	
(フランス産きのこ)		
St-jacques	2	個
bacon	10	枚
ail	2	片
tham	4	本
【GARNITURE】		
épinard(mizuna ETC)	1/2	束
ほうれん草（水菜や小松菜）		
haricot vert	20	本
【SAUCE】		
echalotte	100	g
beurre	100	g
cream fresh(38%)	100	cc
Bouillon	0.4	ℓ
lait	100	cc
laurier		
sarriette（サリエット）		
Sal et poivre		

【下準備】
①きのこ、エシャロットをスライスしておく。

②ガーリックはバトネにしてブランシールする。

③ホタテ貝にガーリックをさしこみ、ベーコンを巻き付けタイムをさしてとめる。

【作り方】
1) 鍋にバター、エシャロット、ガーリックを入れて炒める。1/2 量のベーコンを入れて炒めておく。

2) ①のきのこ 1/2 量を入れ、よく炒める。（水分をなくす）

3) ブイヨン、タイムとローリエを加えて、煮る。

4) タイム、ローリエを取り除き、ミキサーにかける。

5) 帆立貝を焼き上げる。

6) インゲンをボイルして掃除したほうれん草とともにソテーする。

7) 生クリームとバターでソースを仕上げる。塩・胡椒で味を調える。
8) 残しておいたきのこを炒め、お皿に帆立貝ときのこを盛り、ソースを流し、サリエットを散らす。

盛付見本

西洋料理理論
58

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	Buffet

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・ビュッフェはテーブルの上に並べられた料理を各自で取り分ける立食形式のスタイルのことを言う。大皿に盛られた料理が多く、コース料理になっている。普段の実習では数人分の料理をお皿に盛り込み試食するが、大皿での料理を作り盛り込み各班と時間を合わせ料理を作る。
・他の班が作った料理を試食する。

ポイント

・班で大皿料理を５～６種類作る。
・時間のかかるもの、かからないものを時間を合わせ作り仕上げること。
・プラッターや大皿に盛る時にも向きや方向を考えること。
・量の加減を覚える。
・他の班で作った料理を見て試食する。

教育到達点

・大量調理になった時の段取り。
・通常の実習とは異なり、量や味付けの加減を知ること。

評価の目安と方法

・時間通りに料理が仕上がった。
・ビュッフェ会場のテーブルの上に取りやすく、またきれいに盛りセッティングされていること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理理論

58

教育内容

献立

西洋料理理論3・4	Buffet

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・指定のブュッフェ料理を指定の時間に作り上げること。
・ブュッフェの意味を知り、試食すること。
・2年間の最後の実習として作り上げ、皆で試食する。

ポイント

・指定の時間に数種類の大皿の料理を作り上げる。
・料理の仕上がり時間を考えて段取りよく作る。
・試食する時にも順番を考えて試食すること。

教育到達点

・仕事の段取りを考えて作ること。
・ディスプレーを考え盛り付けをすること。
・調理の基本熱いものは熱く・冷たいものは冷たくし、料理を仕上げること。
・立食形式の試食を順序よく食べる。

評価の目安と方法

・時間通りに料理が美味しく仕上ることが出来たか。
・料理を順序よく試食し、片付けること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理理論

59

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	そば粉のガレット/キャロットオレンジのソルベ
	キッシュロレーヌ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・トゥレトゥール（traiteur）について学ぶ。
・フランスの菓子屋が作るお惣菜でテイクアウトやケータリング料理を表す言葉である。その中でそば粉のガレット、ロレーヌ地方のキッシュ、野菜を使ったソルベの作り方を学ぶ。

ポイント

・そば粉のクレープ生地は、順序よく合わせていく。焼くときには生地をよく混ぜてからフライパンに移すこと。(そば粉が沈殿しているため)
・ブリゼ生地はサブラージュの製法にのっとって合わせていくこと。
・ソルベは材料を合わせたら必ず最後には漉すこと。(材料が完全に混ざっていない時があるため)

教育到達点

・クレープ生地はダマを作らず仕込めること。
・フライパンがうまく扱えること。(生地を均一に広げられる)
・ブリゼの生地は粉とバターが全体に混ざっていること。

評価の目安と方法

・クレープ生地の合わせ方。
・ブリゼ生地の合わせ方。(サブラージュ製法)
・フライパンに生地を流すときのテクニック、綿棒を使って均一に振りで生地を伸ばして型にはめ込む。(フォンサージュのテクニック)

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理理論

59

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	そば粉のガレット/キャロットオレンジのソルベ
	キッシュロレーヌ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・トゥレトゥール（traiteur）について学ぶ。
・フランスの菓子屋が作るお惣菜でテイクアウトやケータリング料理を表す言葉である。その中でそば粉のガレット、ロレーヌ地方のキッシュ、野菜を使ったソルベの作り方を学ぶ。

ポイント

・そば粉のクレープ生地は、焼く前によく混ぜてからフライパンに移し、底全体に広げて裏表焼く。
・キッシュのプレゼ生地は、めん棒で均一に伸ばして型にはめること。材料はそれぞれ均等に切り分けておくこと。火の通りの判断はブリゼの焼き色と表面の色を見て判断すること。
・ソルベは材料の全てが溶け込んでいること。

教育到達点

・クレープ生地は均一に伸ばして焼けていること。折って具材を並べてオーブンで火が通るまで焼けている。
・キッシュはブリゼ生地が型にきちんとフォンサージュできて、具材を入れて火が通り、焼き色が出ていること。

評価の目安と方法

・クレープ生地を仕込む時、ダマにならないように順序よく合わせているか、また焼くときにフライパンの底面に回しながら均一に焼けること。
・キッシュのブリゼの材料の合わせ方は基本通り仕込めているか、また綿棒で均一に伸ばせること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名	番号	分量
Galettes de sarrasin そば粉のガレット	59	5人分

材料・調味料	使用量	
Crepe Sarrasin		
farine de sarrasin	125	g
œufs	2	ケ
cidre (brut)	125	g
lait	250	g
sel	un peu	
poivre	un peu	

材料・調味料	使用量	
Elément		
lard	125	g
champignon	5	ケ
gruyere	150	g
œufs	5	ケ
sel	un peu	
poivre	un peu	
persil	1	ケ

献立名	番号	分量
Sorbet de carotte et orange キャロットオレンジのソルベ	59	5人分

材料・調味料	使用量	
Crepe Sarrasin		
jus de carrotte	300	g
jus d' orange	70	g
sucre semoule	60	g
trimoline	24	g
glucose	14	g
stabilisateur	1	g
jus de citron	1/2	ケ

材料・調味料	使用量	

献立名	番号	分量
Quiche Lorraine キッシュロレーヌ	59	5人分

材料・調味料	使用量	
Pate brisée		
œufs	1	ケ
eau	10	g
farine (v)	70	g
farine (c)	70	g
sel	3	g
beurre	70	g
Appareil		
œufs	4	ケ
crème 40%	30	g
lait	30	g
sel	un peu de	
poivre	un peu de	
muscade	un peu de	
Elément		
oignon	1	ケ
lard	150	g
gruyere	40	g
courgette	1/2	ケ

材料・調味料	使用量	

盛付見本

西洋料理理論
60

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	牛タンとポテト、キノコのサラダ　ラビゴットソース
	黒豚バラ肉のカルボナード

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間	講義	実習課担当職員

目的

・豚バラ肉の成型と熟成について。
・ラタトイユの作り方と切りそろえ。
・グリルパンの使い方。

ポイント

・玉葱の甘みと香りを引き出す。
・圧力鍋を使って煮込み、ソースの仕上げは味と濃度を見る。
・グリルパンはしっかりと熱し、なるべく動かさないよう焼き色を付ける。
・ラビゴットソースは乳化させる。

教育到達点

・ミジョテという調理法を理解する。
・ラビゴットソースを通して、乳化を理解する。
・グリルパンの使用法を理解する。

評価の目安と方法

・圧力鍋の特性を理解し、煮込み料理を行える。
・グリルパンの扱いを理解し調理できる。
・ラビゴットソースの作り方を理解する。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

西洋料理実習
60

教育内容	
献立	
西洋料理実習3・4	牛タンとポテト、キノコのサラダ　ラビゴットソース
	黒豚バラ肉のカルボナード

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	実習	実習課担当職員

目的

・圧力鍋を使った煮込み料理。
・野菜の切りそろえ。
・グリルパンを使った牛タンのグリル。

ポイント

・玉葱を香ばしく褐色に炒める。
・コトコトと柔らかくなるまでじっくりと煮こむ。
・グリルパンはしっかりと熱し、なるべく動かさないよう焼き色を付ける。
・ラビゴットソースの味を見ながら酸味を調節する。

教育到達点

・ミジョテを理解しカルボナードを仕上げることができる。
・ラビゴットソースの作り方を覚える
・グリルパンを使って牛タンを香ばしく焼き上げることができる。

評価の目安と方法

・バラ肉が柔らかく煮あがっている。
・玉葱の甘みとビールの風味が立ち、コクのあるソースが仕上がっている。
・ラビゴットソースが味良く乳化した状態で仕上がっている
・牛タンにきれいに焼き色が付き香ばしく焼きあがっている
・盛り付けのバランスが整っている

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名
Langue de bœuf et “inka” Sauce Ravicote 牛タンとポテト、キノコのサラダ　ラビゴットソース

番号	分量
60	5人分

材料・調味料	使用量	
Langue de Bœuf	30g×５	枚
Pomme de Terre	1人1.5	個
Cêper	1	パック
Eringi	1	パック
Champignon	1	パック
Ail(Haché)	1/2	片
Beurre	20	g
Sel,Poivre	少々	
Baby Leaf	1/8	パック
※Sauce Ravicote		
Huil de Olive	60	cc
Vinaigre de Vin Rouge	10	cc
Vinaigre de Xérès	10	cc
Jus de Citron		
Miel	10	cc
Moutarde de Dijon	10	cc
Huil de Noix	少々	
Sel,Poivre		

材料・調味料	使用量	
※Hachéにするもの		
Olive	5	個
Olive Noir	5	個
Cornichon	4	本
Câpres（酢漬け）	5	g
Estragon（酢漬け）	5	g
Persil	少々	
Œuf　dur	1	個
Anchois	2	枚
盛付見本		

献立名
Carbonnade de Porc à la Flamande 黒豚バラ肉のカルボナード

番号	分量
60	5人分

材料・調味料	使用量	
Porc	450	g
Oignon	2	ケ
Beurre	30	g
Farine Gruau	5	g
Fond de Veau	500	cc
Beer	200	cc
Bouillon	150	cc
Thym	適量	
Laurier	適量	
Anis Étoilé	1	ケ
Sel.Poivre	適量	
Cognac	20	cc
Beurre	20	g
Madère	50	cc

材料・調味料	使用量	
Haricots blancs	60	g
Bacon	15	g
Bouillon	250	cc
Oignon	1/4	ケ
Petit vert	1人1	ケ
Boillon	100	cc
Beurre	10	g
Prune	1人1	個

盛付見本

西洋料理理論

61-65

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	卒業作品制作

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課担当職員

目的

・高度調理経営科2年間の集大成として、あらかじめ自分達で決めた卒業作品のテーマを基に、4m×4mのスペースに自分達のオリジナルのディスプレーををする。
・自分達で考えて作った料理のレシピに沿って、注文した材料の確認をし、料理を作っていく。
・作った料理を皿・銀器・ミラー・プラッターなどにきれいに盛り込み、幾つかのメニュー説明と共にディスプレーする。

ポイント

・5日間で、発注した材料の確認、料理の仕込みからカッティング・盛り込み、ディスプレーを予定通りにする。
・何からするべきかを考えて、限られた場所、時間、材料で作り上げる。
・各グループの各担当者とチームワーク良く進める。

教育到達点

・実習で作ったもの、それ以外の料理を考えて、レシピを作り発注する。
・レシピ通りに料理を仕上げる。
・考え通りのディスプレーに仕上げる。
・チームワーク良く作り上げる。

評価の目安と方法

・材料の確認ができる。
・レシピに沿った調理ができて、料理を仕上げる。
・4m×4mの中に、2年間の集大成の作品を作り上げる。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

第2章

［専攻別総合調理実習］

教育形態	教育内容
専攻別総合調理実習1・2	**西洋料理**

授業の方法		教育目標
講義・実習		調理師という人の命にかかわる仕事に就くためには、徹底した衛生管理のもと調理業務を行わなければならない。単に作業するのではなく、サービス業にとって大切なホスピタリティーを持ち、お客様の事を思いながら、経営的な観点から原価を考え献立を作成し、食事環境を整え、専門的な調理・接遇をトータル的に学び、現場に近い実践教育を行う。
時間数	担当者名	
15回　60時間	**実習担当教員**	

実務経験	担当者名	科目に対する実務内容・経歴 (調理師養成以外)
○	飯尾　哲司	ホテルやレストランの料理長などを歴任。
	保永　茂	会員制クラブレストランやホテルにて調理業務に従事。
	二木　保	フレンチレストランにて調理業務に従事。
	金藤　州二	ホテル製菓部門にて永年従事。
	吉田　正幸	ホテルにて調理業務に従事。
	小高　和也	ホテルにて調理業務に従事。
	多良　文康	ホテルをはじめ会館、フレンチレストランにて製菓業務に従事。

教育手法			
1回	**賞味会趣旨説明 献立の立て方・原価計算・発注の仕方**	**9回**	**賞味会**
2回	**アミューズ・オードブル ・鶏レバーのパテ　・赤ピーマンのムース ・魚のムース　ガトー仕立て**	**10回**	**デザート ・フレーズ デ ボアのムース、苺のクーリーを添えて チョコレートソルベと共に**
3回	**オードブル フロアとショウ ・ホワイトアスパラガスのグラティネフランス風 ・ホワイトアスパラガスとカニのシャルロット風**	**11回**	**試作・仕込／サービス確認**
4回	**デザート ・ティラミス シナモンアイスクリーム添え ・ピッコロパスティッチェリーア**	**12回**	**試作・仕上げ／サービス確認　・練習**
5回	**試作・仕込／サービス確認／ 食事環境・飲み物について**	**13回**	**仕込み／シュミレーション**
6回	**試作・仕上げ／サービス確認・練習／ 食事環境・接遇**	**14回**	**賞味会**
7回	**仕込み／シュミレーション**	**15回**	**賞味会**
8回	**賞味会**		

教育到達点
調理師の職業性を理解する。 ・お客様があって成り立つサービス業であること。 ・安心安全なものを提供するという衛生観念と倫理観を要する職業であること。 ・調理・接客共にプロ意識を持って実務に取り組むこと。

評価の目安と方法	出席状況および献立作成・調理・接遇に対しての準備を行い、賞味会を時間通りに開催し、事故なく閉会する。

専攻別総合調理実習

1

教育内容	
献立	
専攻別総合調理実習	**賞味会の趣旨説明**
	献立の立て方・原価計算・発注の仕方

時間数		授業の方法	担当者名
1回	**4時間**	**講義・実習**	**実習課担当職員**

目的

・調理師の社会的使命とホスピタリティーの理解をしプロ意識を持って仕事に取り組むことを理解させる。
・献立の原価や構成を考える。
・客層に合わせたメニュー作り。
・値段と料理のバランスを考えた献立をたてること。

ポイント

・食と人をつなぐ懸け橋として、食の安全・食文化の継承の担うことを理解する。
・お客様に対する気遣いや、仕事に対する心構えなど、プロとしての意識を持つ。
・食の安全性・経費など基本的要素を考慮し、料理の種類・調理時間または順序を考える。

教育到達点

・専攻別総合調理実習の目標・目的を理解させる。
・各班ごとに趣旨を理解し、話し合いをして、献立作成すること。

評価の目安と方法	・献立の原価・構成が適正であること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

専攻別総合調理実習
2

教育内容	
献立	
専攻別総合調理実習	アミューズ・オードブル ・鶏レバーのパテ・赤ピーマンのムース・魚のムース ガトー仕立て

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課担当職員

目的

・温かいオードブルと冷たいオードブルについて。
・鶏レバーの臭みの取り方を学ぶ。
・パプリカを焼き皮を取り除く。
・魚の粘りの出し方と食材の加え方を学ぶ。

ポイント

・レバーの血や筋を取り除く。
・パプリカの皮を焼き水を使わず皮を取り除く。
・パプリカのピューレは水分をしっかりととばし味を凝縮させる。
・魚のすり身を最初に塩とともに粘りを出す。
・卵黄を湯煎にあてしっかりと空気を含ませる。

教育到達点

・鶏レバーの下処理を理解し調理できる。
・パプリカの味と香りを引き出すことができる。
・魚のすり身の粘りをだし、滑らかなムースが作れる。
・オランデーズソースをふんわりと立てられる。

評価の目安と方法	
	・鶏レバーは滑らかに仕上がり、臭みが取れている。 ・パプリカの味と香りがしっかりと引き出せている。 ・魚のムースふんわりと滑らかに焼き上がっている。 ・味と盛り込みのバランスが取れている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名
Pâté au Foie de Volaille 鶏レバーのパテ **Mousse de Poivron rouge** 赤ピーマンのムース

番号	分量
2	5人分

材料・調味料	使用量	
Pâté au Foie de Volaille		
Foie de volaille	250	g
Ail	1/2	片
Oignon	1/2	個
Raisin	30	g
Vin rouge	30	cc
Thym	2	枝
Cognac	15	cc
Porto	30	cc
Madère	30	cc
Beurre	50	g
Crème	30	cc
Sel・Poivre	適量	
Baquette	10	枚

材料・調味料	使用量	
Mousse de Poivron rouge		
Poivron rouge	2	個
F cèrme	80	cc
A cèrme	80	cc
Huile de olive	20	cc
Beurre	40	g
Sel・Poivre	適量	
Tomate	1	個
Huile de olive（EXV）	30	cc
Sel	適量	
盛付見本		

献立名
Mousse de poisson à la Gâteau 魚のムース　ガトー仕立て

番号	分量
2	5人分

材料・調味料	使用量	
Quenelle de poisson	250	g
Saint jacques	3	個
Blanc de Œuf	1	個分
Crème	200	cc
Noilly prat	15	cc
Cognac	10	cc
Sel・Poivre	適量	
Poireau	1/6	本
Beurre	10	g

材料・調味料	使用量	
【Sause Hollandaise】		
Jaune d'Œuf	1	個分
Vin blanc	10	cc
Noilly prat	10	cc
Beurre clarifier	15	cc
Sel	適量	
Mâche		
Laitue	1/2	パック
フリルレタス	1/8	個
Huile d'olive(EXV)	30	cc

盛付見本

専攻別総合調理実習
3

教育内容	
献立	
専攻別総合調理実習	オードブル フロアとショウ（卵黄ベースのソース） ・ホワイトアスパラガスのグラティネフランス風 ・ホワイトアスパラガスとカニのシャルロット風

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課担当職員

目的

・卵黄を使用した基本のソース(冷製・温製)マヨネーズ、オランディーズをしっかり理解した上でその作り方をマスターする。その応用お料理で再現し自分で作ってみる。
・マヨネーズを作る。
・オランデーズソースを作る。
・それぞれのソースの派生と応用。
・卵黄ベースのソースについて。

ポイント

・それぞれのソース(マヨネーズ・オランディーズ)ともに卵黄に合わせる。
・最初の部分にポイントがあるのでしっかりと理解すること。
・卵黄が白っぽくなるまでホイップする。
・卵黄にオイルを少量づつ入れる。
・ビネガーで固さを調節する。
・シャルロットはアスパラガスを綺麗に切りそろえる。

教育到達点

・しっかりとコシのあるマヨネーズソースを作ることができる。
・きめ細かく軽い感じの上質なオランデーズを作ることができる。
・マヨネーズ、オランデーズを作れるようになる。
・それぞれのソースの性質と使用法、保存法を理解する。
・オーロラソース味のバランス濃度が適切に仕上がる。
・オランデーズソースがグラチネ後バターが浮かずしっかり乳化している。

評価の目安と方法	
	・分離せずにそれらのソースを用途によって使い分けができ料理を仕上げるようになる。 ・シャルロットが綺麗に仕上がっていること。 ・お皿にバランスよく盛り込めていること。 ・ソースの量と味のバランス。 ・ホワイトアスパラガスのグラティネがムラなく焼き色が付いている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名	番号	分量
Charlotte d'Asperget blanc au Crab ホワイトアスパラガスとカニのシャルロット風 **Asperges blanc à la française moussseline grattinée** ホワイトアスパラガスのグラティネフランス風	3	5人分

材料・調味料	使用量	
Asperge t blanc（ペルー産）	1人2	本
Crab（ZUWAI)fz	10	本
Avocat	1/2	個
Oignon rouge	1/4	個
Poivrron(janne)	1/2	個
Poivrron(rouge)	1/2	個
Ciboulette	1/8	パック
Œuf	1	個
Micro Leaf	1/4	パック
Dill	1/8	パック
Poivre rose	適量	
Asperget blanc（ロワール産）	1人1	本
Beurre	10	g
Panchetta	25 ~ 30	g
木の芽	1人1	枚

材料・調味料	使用量	
Mayonnaisse	100	cc
Ketchup	50	cc
Jus de citron	1/4	個
Crème	10	cc
LP sauce	適量	
Tabasco	適量	
Cognac	適量	
Ciboulette	10	本
Sel	適量	
Poivre	適量	
Miel	5	cc
Cornission	1	本
Câpre	5	g
Estragon	1	枝
Persil	1	枝

献立名	番号	分量
Sauces à base de jaunne d'Œuf 卵黄ベースのソース	3	5人分

材料・調味料	使用量	
Jaune d'Œuf	1	個分
Moutarde	5	g
Vinaigre de Vin blanc	10	cc
Vinaigre de xèrés	10	cc
Sel	適量	
Poivre	適量	
Huile de Olive	50	cc
Huile de Salade	50	cc

材料・調味料	使用量	
Jaune d'Œuf	3	個分
Eau	20	cc
Vinaigre de Vin blanc	20	cc
Mignonnet	適量	
Sel	適量	
Poivre	適量	
Beurre clarifier	120	cc
Jus de Citron	1/2	個分

専攻別総合調理実習

4

教育内容	
献立	
専攻別総合調理実習	**デザート** **・ティラミス、シナモンアイスクリーム添え** **・ピッコロパスティッチェリーア**

時間数		授業の方法	担当者名
1回	**4時間**	**講義・実習**	**実習課担当職員**

目的

・イタリアの代表的なお菓子の製法を学ぶ。
・料理の最後にコーヒーや紅茶と共に用意する小菓子の作成。
・アイスクリームの製法、スプーンで盛り付けるテクニックを学ぶ。

ポイント

・サボイヤルディはさくさくと焼き、シロップを充分浸み込ませるようにする。
・ティラミスは卵黄にしっかり火が通っていること。メレンゲと合わせるとき、混ぜすぎに注意する。
・シナモンアイスは牛乳にシナモンスティックを砕いて入れ、充分香りを抽出する。
・アングレーズを炊くとき、とろみが付くまで火を入れること。
・小菓子の生地は練りすぎに注意する。(固い食感になるため)

教育到達点

・マスカルポーネクリームが配合通り出来上がっていること。
・サボイヤルディがシロップに浸されていること。
・シナモンアイスが滑らかにできていること。
・小菓子は形よく焼けて、一口大の仕上がりになっていること。

評価の目安と方法

・すべてのアイテムが作成できて、一つのアシェットデセールとしての一品に仕上がっていること。
・ティラミスはサボイヤルディにシロップがたっぷりと浸み込んでいること。
・アイスはスプーンで形よくすくえること。
・小菓子は形良く焼き上がっていること。

持ち物に関する注意事項

・パレットナイフ、ホイッパー、ゴムベラ、カードの扱いに慣れること。

献立名
Tiramisu con gelato di cannella / Piccola pasticceria ティラミス、シナモンアイスクリーム添え　ピッコラパスティッチェリーア（小菓子）

番号	分量
4	5人分

材料・調味料	使用量	
jaune d'œufs	4	p
sucre semoule	40	g
blanc d'œufs	4	ケ
sucre semoule	80	g
farine	125	g
sucre glace	適量	
jaune d'œufs	5	ケ
sucre semoule	20	g
gelatine	6	g
mascarpone	350	g
blanc d'œufs	5	ケ
sucre semoule	100	g
café	300	g
sirop	75	g
liqueur de café	15	g
nescafe	3	g
poudre de café	2	g
poudre de cacao	6	g
framboise	10	ケ

材料・調味料	使用量	
lait	330	g
batons de cannelle	1/2	ケ
jaune d'œufs	60	g
sucre semoule	80	g
crème	60	g
beurre	38	g
sucre glace	20	g
poudre d'amande	25	g
farine	63	g
chocolat	25	g
crème	10	g

盛付見本

専攻別総合調理実習

5

教育内容	
献立	
専攻別総合調理実習	試作・仕込/サービス確認
	食事環境・飲み物について

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課担当職員

目的

・発注した材料の確認と試作のための段取りの確認をする。
・サービスの基本ルール及びマナーの確認。
・食事空間を構成する要素を学ぶ。
・料理とビバレッジの理解。

ポイント

・使用食材の発注がきちんとできていること。
・調理工程を考え、作業分担している。
・食事の目的と内容を見極め、食事をする人が心から満足できるようにする。
・基本的セッティングを理解する。飲み物の種類を理解する。

教育到達点

・発注書に書かれた食材を把握しまたは価値観を知る。
・料理を作る段取りを考え、協力して作業する。
・各班ごとの役割を確認し、他の担当と連携をとれるように記録する。

評価の目安と方法	・段取り良く調理工程が進んでいること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

専攻別総合調理実習
6

教育内容	
献立	
専攻別総合調理実習	試作・仕上げ/サービス確認・練習
	食事環境・接遇

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課担当職員

目的

・決められた時間内に、自分たちで考えたメニューを作り上げる。
・盛り付け方や器を変えての応用。
・賞味会本番の発注確認。
・食器・カトラリーについての理解をする。
・接遇の理解をする。

ポイント

・レシピを覚えてチームワーク、段取り良く調理作業を進める。
・賞味会本番の料理内容が決まったら在庫の確認、発注をする。
・決定した料理に合わせた食器などの確認。
・食卓上のセッティング、皿の出し下げの実践練習。
・お客様の迎い入れの仕方。
・物質的なサービス（料理・メニュー）、知識的なサービス（料理・酒・食）、技術的なサービス（皿の持ち方・スピード） 精神的なサービス（ホスピタリティー）を理解する。

教育到達点

・計画した調理作業を最後まで終わらせる。
・食材、在庫の確認。
・必要事項を記録し。理解すること。
・皿の持ち方を実践する。

評価の目安と方法	・指定の時間に、自分たちの考えた料理を作り上げること。 ・2 ～ 3種類の盛り込みをしていること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

専攻別総合調理実習 7	教育内容	
	献立	
専攻別総合調理実習	仕込み/シュミレーション	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課担当職員

目的

・賞味会本番食材の発注および確認、段取り。
・賞味会本番に向けての調理の仕込みを行う。
・接客業務の一連の流れを理解し実践練習を行う。

ポイント

・賞味会本番食材の発注および確認。
・仕込に必要な食材の下処理。
・お迎え、案内、配膳、料理の運び方、接遇、送り出しの練習。

教育到達点

・発注した食材などの確認をすること。
・段取り通りの工程ができている。
・実際に皿を持ち、作業を行う。

評価の目安と方法	・段取り通りの作業工程で進んでいる。 ・必要事項を記録し理解する。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

専攻別総合調理実習

8

教育内容	
献立	
専攻別総合調理実習	賞味会

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課担当職員

目的

・衛生管理に注意し、コース料理の総仕上げをする。
・来校されるお客様に対し、誠心誠意努力し作り上げる。
・お客様の出迎えの準備を実践する。また見送りの準備をする。

ポイント

・常に作業台の上は衛生的な状態であること。
・室内の準備を実践する。
・卓上のセッティングを実践する。
・使用器具の準備を実践する。

教育到達点

・それぞれの料理内容を把握し、調理する。また説明すること。
・時間の利用方法を考える。
・時間内に準備を終わらせる。

評価の目安と方法

・時間内に準備が終わり、抜け目のないこと。
・準備した箇所、使用器具の点検。
・使用器具一式の確認と準備した室内の点検。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

専攻別総合調理実習 9	教育内容	
	献立	
	専攻別総合調理実習	賞味会

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課担当職員

目的

・衛生管理に注意し、コース料理の総仕上げをする。
・来校されるお客様に対し、誠心誠意努力し作り上げる。
・お客様の出迎えの準備を実践する。また見送りの準備をする。

ポイント

・常に作業台の上は衛生的な状態であること。
・室内の準備を実践する。
・卓上のセッティングを実践する。
・使用器具の準備を実践する。

教育到達点

・それぞれの料理内容を把握し、調理する。また説明すること。
・時間の利用方法を考える。
・時間内に準備を終わらせる。

評価の目安と方法	・時間内に準備が終わり、抜け目のないこと。 ・準備した箇所、使用器具の点検。使用器具一式の確認と準備した室内の点検。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

専攻別総合調理実習

10

教育内容	
献立	
専攻別総合調理実習	デザート ・フレーズ デ ボアのムース、苺のクーリーを添えて チョコレートソルベと共に

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課担当職員

目的

・衛生管理に注意し、コース料理の総仕上げをする。
・来校されるお客様に対し、誠心誠意努力し作り上げる。
・お客様の出迎えの準備を実践する。また見送りの準備をする。

ポイント

・常に作業台の上は衛生的な状態であること。
・室内の準備を実践する。
・卓上のセッティングを実践する。
・使用器具の準備を実践する。

教育到達点

・それぞれの料理内容を把握し、調理する。また説明すること。
・時間の利用方法を考える。
・時間内に準備を終わらせる。

評価の目安と方法	・時間内に準備が終わり、抜け目のないこと。 ・準備した箇所、使用器具の点検。 ・使用器具一式の確認と準備した室内の点検。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

献立名
Mousse de fraise des bois et coulis de fraise avec sorbet de chocolat フレーズ デ ボワのムース　苺のクーリーを添えて チョコレートソルベと共に

番号	分量
10	5人分

材料・調味料	使用量	
Biscuit joconde		
œufs	100	g
sucre glace	75	g
poudre d'amandes	75	g
farine	20	g
blanc d'œufs	70	g
sucre semoule	25	g
170℃ 160℃ 黒天1枚		
Mousse de fraise des bois		
puree de fraise des bois	250	g
sucre semoule	15	g
crème fouetée (35%)	150	g
feuille de gelatine	6	g
liqueur de fraise des bois	5	cc
Sorbet de chocolat amère		
eau	360	g
trimoline	20	g
sucre semoule	52	g
poudre de cacao	32	g
chocolat(extra amer)	80	g
eau-de-vie	12	g

材料・調味料	使用量	
Coulis de fraise		
fraise frais	100	g
sucre semoule	50	g
eau	10	g
jus de citron	5	g
Tuiles dentelle chocolat		
beurre	28	g
sucre glace	38	g
eau	14	g
poudre de cacao	3	g
farine	12	g
amande hachée(16割)	38	g
170℃ 160℃　約8分		
Finition		
fraise des bois surgelé	20	ケ
feuille de menthé	5	ケ
盛付見本		

専攻別総合調理実習

11

教育内容	
献立	
専攻別総合調理実習	試作・仕込/サービス確認

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課担当職員

目的

・発注した材料の確認と試作のための段取りの確認をする。
・基本ルール及びマナーの確認。

ポイント

・使用食材の発注がきちんとできていること。
・調理工程を考え、作業分担している。
・食事の目的と内容を見極め、食事をする人が心から満足できるようにする。
・料理を提供する手順の確認。

教育到達点

・発注書に書かれた食材を把握しまたは価値観を知る。
・料理を作る段取りを考え、協力して作業する。
・各班ごとの役割を確認し、他の担当と連携をとれるように記録する。

評価の目安と方法

・段取り良く調理工程が進んでいること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

専攻別総合調理実習

12

教育内容

献立

専攻別総合調理実習	試作・仕上げ/サービス確認・練習

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課担当職員

目的

・決められた時間内に、自分たちで考えたメニューを作り上げる。
・盛り付け方や器を変えての応用。
・賞味会本番の発注確認。
・食器・カトラリーについての理解をする。
・接遇の理解をする。

ポイント

・レシピを覚えてチームワーク、段取り良く調理作業を進める。
・賞味会本番の内容が決まったら在庫の確認、発注をする。
・決定した料理に合わせた食器などの確認。

教育到達点

・計画した調理作業を最後まで終わらせる。
・食材、在庫の確認。
・必要事項を記録し。理解すること。

評価の目安と方法	・指定の時間に、自分たちの考えた料理を作り上げること。 ・2 ～ 3種類の盛り込みをしていること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

専攻別総合調理実習

13

教育内容	
献立	
専攻別総合調理実習	仕込み/シュミレーション

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課担当職員

目的

・賞味会本番食材の発注および確認、段取り。
・賞味会本番に向けての調理の仕込みを行う。
・接客業務の一連の流れを理解し実践練習を行う。

ポイント

・賞味会本番食材の発注および確認。
・仕込に必要な食材の下処理。
・お迎え、案内、配膳、料理の運び方・接遇、送り出しの練習。

教育到達点

・発注した食材などの確認をすること。
・段取り通りの工程ができている。
・実際に皿を持ち、作業を行う。

評価の目安と方法	・段取り通りの作業工程で進んでいる。 ・必要事項を記録し理解する。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

専攻別総合調理実習

14

教育内容	
献立	
専攻別総合調理実習	賞味会

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課担当職員

目的

・衛生管理に注意し、コース料理の総仕上げをする。
・来校されるお客様に対し、誠心誠意努力し作り上げる。
・お客様の出迎えの準備を実践する。また見送りの準備をする。

ポイント

・常に作業台の上は衛生的な状態であること。
・室内の準備を実践する。
・卓上のセッティングを実践する。
・使用器具の準備を実践する。

教育到達点

・それぞれの料理内容を把握し、調理する。また説明すること。
・時間の利用方法を考える。
・時間内に準備を終わらせる。

評価の目安と方法

・時間内に準備が終わり、抜け目のないこと。
・準備した箇所、使用器具の点検。使用器具一式の確認と準備した室内の点検。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート

専攻別総合調理実習

15

教育内容	
献立	
専攻別総合調理実習	賞味会

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課担当職員

目的

・衛生管理に注意し、コース料理の総仕上げをする。
・来校されるお客様に対し、誠心誠意努力し作り上げる。
・お客様の出迎えの準備を実践する。また見送りの準備をする。

ポイント

・常に作業台の上は衛生的な状態であること。
・室内の準備を実践する。
・卓上のセッティングを実践する。
・使用器具の準備を実践する。

教育到達点

・それぞれの料理内容を把握し、調理する。また説明すること。
・時間の利用方法を考える。
・時間内に準備を終わらせる。

評価の目安と方法

・時間内に準備が終わり、抜け目のないこと。
・準備した箇所、使用器具の点検。使用器具一式の確認と準備した室内の点検。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース
・試食セット
・講義ノート