



MUSASHINO COOKING COLLEGE

TRAINING SYLLABUS

調理実習シラバス 2021

高度調理経営科2年
日本料理専攻

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 日本料理実習理論3・4 日本料理実習3・4	4
概要	5
第 2 章 専攻別総合調理実習	124
概要	125

履修コース				
高度調理経営科 日本料理専攻				
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	日本料理実習理論・日本料理実習	必修	1・2	(1年は後期のみ) 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 日本料理 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)
○	高山 佳三	ホテル及び日本料理店料理長を歴任。
	岡田 聡一郎	ホテルにて調理業務に従事。
補助教員		
眞田 美樹		

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 日本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・接客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、寿司・蕎麦・天麩羅など日本料理の中でも独自の文化・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

[日本料理実習理論3・4]

[日本料理実習3・4]



教育形態			教育内容	
日本料理実習理論3・4 日本料理実習 3・4			日本料理 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、日本料理独特の料理名や由来、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、調理法では、昔からある方法や現代の調理法・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。生産地や漁港なども紹介し、どの場所で収穫が盛んなのか、また水揚げされるのかなど説明し、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、ペースアップを図る。	
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	実習にあたって ・素材と出汁の基本		31 回	秋の会席料理 2 ・吸物
2 回	春の会席料理 1 ・前菜		32 回	秋の会席料理 3 ・刺身
3 回	春の会席料理 2 ・椀物		33 回	秋の会席料理 4 ・焼物
4 回	春の会席料理 3 ・刺身		34 回	秋の会席料理 5 ・蓋物
5 回	春の会席料理 4 ・煮合せ		35 回	秋の会席料理 6 ・揚げ物
6 回	春の会席料理 5 ・揚げ物		36 回	秋の会席料理 7 ・留皿
7 回	春の会席料理 6 ・酢の物		37 回	秋の会席料理 8 ・食事
8 回	春の会席料理 7 ・食事・留椀		38 回	秋の会席料理 9 ・和菓子
9 回	春の会席料理 8 ・和菓子		39 回	冬の会席料理 1 ・先付け
10 回	伝承郷土料理 ・深山溪谷の味		40 回	冬の会席料理 2 ・お椀
11 回	日本の伝統としきたり ・端午の節句		41 回	冬の会席料理 3 ・刺身
12 回	初夏の鮮魚を使って ・刺身盛り合せ		42 回	冬の会席料理 4 ・焼八寸
13 回	夏の会席料理 1 ・前八寸		43 回	冬の会席料理 5 ・煮物
14 回	夏の会席料理 2 ・椀物		44 回	冬の会席料理 6 ・揚げ物
15 回	夏の会席料理 3 ・刺身		45 回	冬の会席料理 7 ・食事・留椀
16 回	夏の会席料理 4 ・焼物		46 回	冬の会席料理 8 ・甘味
17 回	夏の会席料理 5 ・冷し鉢		47 回	お節料理の下準備
18 回	夏の会席料理 6 ・揚げ物		48 回	お節料理の作り方
19 回	夏の会席料理 7 ・食事・留椀		49 回	お節料理の盛り方 ・お雑煮
20 回	夏の会席料理 8 ・冷甘味		50 回	冬の特設会席 ・伝承郷土料理
21 回	鰻料理 ・蒲焼き 肝吸い 鰻ザク		51 回	河豚料理 ・捌き方 薄造り
22 回	夏の冷し鉢 ・冷菜		52 回	冬の京料理 ・伝統の逸品
23 回	精霊の点心 ・蓮の葉盛り		53 回	冬の精進料理 ・寺院料理
24 回	京の伝統夏野菜を使って		54 回	初夏の逸品料理 ・京料理
25 回	江戸回顧 ・江戸前夏の一汁三菜		55 回	2年実習回顧 ・季節の和菓子
26 回	煮魚の仕立て方 ・鮮魚と冷凍魚		56 回	2年実習回顧 ・粥 春夏秋冬
27 回	前期実習回顧献立 ・鮎 若鮎と生魚		57 ～65回	卒業作品制作
28 回	夏の名残りと初秋料理			
29 回	秋の伝統料理 ・月見の宴			
30 回	秋の会席料理 1 ・前菜			
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、生、煮る、焼く、蒸す、揚げるの五法の特徴とそれぞれの注意点を学び、知識を養う。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。幅広い日本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く。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			

日本料理理論

1

教育内容

献立

日本料理理論3・4

実習にあたって 調理の基本
出汁の引き方について 素材と出汁の基本

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

- ・ 日本料理を志す2年次に於ける心構えから説明し、意識の向上を図る。
- ・ 調理の基本（切る・晒す・湯掻く・炊く・焼く・炒める・煮る・揚げる）を再確認する。
- ・ 素材ごとに違う茹で方や、茹で上げ後の扱い方などの理論を学ぶ。
- ・ 日本料理に於ける出汁の種類と引き方を学ぶ。

ポイント

- ・ 社会人としての礼儀作法や挨拶、衛生面についてや食材管理、調理器具の取り扱いなど、基礎基本を徹底して学ぶ。
- ・ 包丁の持ち方や打ち物をする時の姿勢を復習する。
- ・ 素材を知り、扱いを学んで調理へと進む事は全ての料理の原点であり基本である。また、出汁の引き方を学ぶ事は日本料理の最も大事な事柄であり、味付けへと繋がる出発点である。技術、知識共に初期段階において、調理師として学ぶ意味合いは非常に高い。

教育到達点

- ・ 調理の基本の重要性を理解する。
- ・ 素材と調理法による扱いの違いを理解する。（野菜別、魚介別等の基本的扱い方を理解する。）
- ・ 出汁の引き方を理解する。品種別による引き方の違いを学ぶ。
- ・ 一例：昆布出汁、鰹出汁、合せ出汁

評価の目安と方法

- ・ 実習ノートのチェック、及び筆記試験の採点にて評価とする。

持ち物に関する注意事項

- ・ 実習ノート ・ 包丁 ・ 試食セット
- ・ リードペーパー ・ 盆ざる

[illegible]

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	春の会席料理1 前菜 ①豆腐田楽 ②蛸烏賊谷中煮 ③たらの芽胡麻和え ④若鮎南蛮漬け ⑤莢豌豆葛煮

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

- ・コース料理の一番最初に出てくる前菜料理は季節感や献立の主題を最も反映し易い物である為、料理を構成する際に憶えておきたいこと、様々な規則や留意点を覚えていく必要がある。
- ・新緑や様々な花が咲く春の彩を(季節感)を前菜の中で表現できるようにしていく。
- ・基本的調理法をしっかり駆使し前菜を調理する際の留意点を踏まえ実習に臨むようにする。

ポイント

- ・各食材の適切な下処理法、扱い方を覚えられるように実践していく。
- ・各料理をバランス良く盛り付けられるよう切り出しの大きさを揃えるようにする。
- ・前菜は調理法や食材の重複を避け旬の食材を取り入れ主題に沿った内容で構成されている事を学ぶ。

教育到達点

- ・締め鯖小袖寿司は小袖の形を理解し成型していく。食材の配置や向きを揃え見た目に食材の配置や剥きを揃え見た目に美しい仕上がりを目指す。
- ・和え物は衣を直前に合わせるという基本を覚える。
- ・若鮎はその姿が重要である為形を壊さないよう南蛮漬けを仕上げていくようにする。

評価の目安と方法

- ・各食材を適切に扱い彩りよく仕上げる事が出来ている。
- ・煮物を行う際の鍋周りの基本動作を習得出来ている。
- ・切り出しを揃えバランス良く盛り付ける事が出来ている。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート
- ・包丁
- ・試食セット

日本料理理論

2

献立名

日本料理実習3・4

春の会席料理1 前菜
豆腐田楽

分量

5人分

時間数

1回

3時間

授業の方法

実習

担当者名

実習課担当職員

材料・調味料

使用量

木綿豆腐

1丁

田楽味噌（赤味噌）

大匙5杯

けしの実

適量

田楽串

5本

材料・調味料

使用量

盛付見本

[illegible][illegible]

教育内容

献立

日本料理理論3・4

春の会席料理の仕立て方

椀物 蛤道明寺桜葉蒸し 蕨 花弁独活 椎茸 木の芽 薄葛仕立て

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

- ・春の会席料理のお椀はまだ寒さ残る気候を踏まえ薄葛仕立てにした事に対し夏は清まし仕立てで提供していく事が相応しい。
- ・お椀の様々な仕立て方を知る事と併せ季節に応じ仕立て方に変化を付ける事が重要である事を理解する。
- ・日本料理に於ける料理の基本となる出汁の引き方を体得していく。
- ・食材、目的に合わせた当りのつけ方、目安を知る。

ポイント

- ・昆布出汁の取り方、昆布から旨味を最大限に引き出す調理法を知り実践していく。
- ・水に対する昆布の量、湯の温度や加熱時間を学んでいく。
- ・春の山菜(蕨)の適切な扱い方を知る。

教育到達点

- ・昆布と鰹削り節はそれぞれ旨味を引き出させる。また灰汁が出てしまう湯の温度がある為両者の特徴を把握し調理を行うようにする。
- ・お椀の様々な仕立て方を知る。薄葛仕立てでは葛と片栗粉との違いを理解し適切な場面で使用出来るようにする。

評価の目安と方法

- ・昆布出汁を適切に引く事が出来る。削り節を投入後灰汁を出さず適切な手順でお出汁を引く事が出来る。
- ・椀種による出汁の仕立て方を理解し味の加減を知る事が出来る。
- ・山菜の灰汁を除く様々な調理法を覚えた。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート
- ・包丁
- ・試食セット

[illegible]

日本料理理論

4

教育内容

献立

日本料理理論3・4

春の会席料理の仕立て方

刺身 ・ 鰹 ・ 細魚 ・ 槍烏賊

妻荷竹 大葉 縋り人参 卸し生姜 加減醤油

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

- ・ 魚を使う場面の多い日本料理に於いて鮮魚の取り扱い方を知る事は必須である。
- ・ 1年次に小型の魚で基本的な動作を覚えたので2年次は中～大型魚、特殊な形状の鮮魚を積極的に取り入れ魚の扱い方の基本を覚え体得していくようにする。
- ・ 生魚を扱う上で衛生観念を心掛け作業を行えるようにする。
- ・ 各鮮魚の特徴を知り適切な手順で卸していく事が出来る。
- ・ 柳刃包丁の扱い方.刺身を引く際の基本的な動作を覚え実践していく。

ポイント

- ・ 初鰹と戻り鰹の違いを理解し適切な調理法/提供方法を知る。
- ・ 鰹のたたきの伝統的調理法を知る。
- ・ 槍烏賊の肝の活用法, 調理法を知る。
- ・ 見栄え良く盛り付けられるよう器の大きさに対するバランスを考慮していく。

教育到達点

- ・ 2年次に様々な鮮魚に触れ基本的な扱い方に慣れていくようにする。
- ・ 下処理法から刺身の引き方, 盛り付けまでそれぞれの特徴を知り対応していく。
- ・ 身の周り, まな板周辺を清潔に保ち鮮魚を取り扱える環境を作ってから作業を行うようにする。

評価の目安と方法

- ・ まな板の使い分けや魚と野菜で作業エリアを仕分けている等、衛生観念を持ち作業が行えていた。
- ・ 鰹の身を身割れさせず取り扱う事が出来る。
- ・ 魚の種類, 切り身の数による適切な盛り付け法を踏まえ仕上げる事が出来る。

持ち物に関する注意事項

- ・ 実習ノート ・ 包丁 ・ 試食セット

[illegible]

教育内容

献立

日本料理理論3・4

春の会席料理の仕立て方

煮合せ 新馬铃薯 蓬麩 焼き豆腐 落

時間数

1回

1時間

授業の方法

講義

担当者名

実習課担当職員

目的

- ・日本料理に於ける煮方の仕事は素材の扱い方を網羅し全ての調理作業に精通させる必要があるスキルの高い最も重要な仕事の一つである。
- ・様々な含め方、煮上げ方を知り基礎的な食材の扱いから煮方仕事に慣れていくようにする。
- ・食材毎の特徴を理解し最適な方法で当りを含ませる調理法を実践する。
- ・全て野菜で構成される煮物の炊き方、精進出汁の活用法を学ぶ。

ポイント

- ・精進出汁の引き方を知りそれぞれの食材に適切に当りを付けていく。
- ・新馬铃薯は煮崩れをおこさず仕上げる切り出し方、含め方を知り実践していく。
- ・春の食材である落の下処理法、青色を損なわない火の通し方を実践する。

教育到達点

- ・調理の基本である・湯掻く・晒す・煮るを実践し食材毎に最適な方法とは異なるが下処理、下茹でを行い当りを付けていく基本調理法を理解する必要がある。
- ・火を通してはいる最中ではなく冷めていく過程で食材に当りが浸透していく事を知り、必ずしも長時間火に掛けておく必要は無いという事を理解する。

評価の目安と方法

- ・精進出汁の適切な活用法を知り食材による当りの加減を知る。
- ・新馬铃薯を適宜に切り出し煮崩れさせず仕上げる事が出来ている。
- ・ガス台周辺を整え火加減を常に管理し効率的に作業が行う事が出来ている。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート
- ・包丁
- ・試食セット

日本料理理論

5

献立名

日本料理実習3・4

春の会席料理4 煮合せ
新馬鈴薯 蓬麩 焼き豆腐 落

分量

5人分

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

材料・調味料

使用量

馬鈴薯

5個

蓬麩 2cm

5切れ

焼き豆腐

1丁

落 6cm

15本

出汁

1800cc

材料・調味料

使用量

盛付見本

教育内容

献立

日本料理理論3・4

春の会席料理の仕立て方

揚げ物 相並唐揚げ 根三つ葉薄衣揚げ 紅葉卸し 美味出汁

時間数

1回

1時間

授業の方法

講義

担当者名

実習課担当職員

目的

- ・揚げ物は食材の甘み、旨味を引き出す事が出来き、特に天ぷらは素材本来の持ち味を提供する事の出来る調理法である為基本をしっかりおさえ様々な食材に対応していく必要がある。

ポイント

- ・相並の特徴を知り適切な骨切り法を知る。相並の様々な調理法を知る。
- ・食材を彩り良く仕上げる事の出来る揚げ物調理で根三つ葉の形を活かし青色を損なわないように作業を進めていく。

教育到達点

- ・骨切り作業に慣れていき夏に用いる鰯への応用に繋がる為しっかり体得していくようにする。
- ・揚げ物の調理は油の温度管理を適切に行う事、その目安法を今回の実習で把握出来るようにしておく。

評価の目安と方法

- ・油の温度管理を適切に行い色良く相並を仕上げる事が出来ている。
- ・ガス台周辺を整え揚げる作業を行う事が出来ている。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート
- ・包丁
- ・試食セット

[illegible]

教育内容

献立

日本料理理論3・4

春の会席料理の仕立て方

酢の物 帆立貝昆布締め 蛸烏賊 菜の花 若布黄味酢

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

- ・ 食材や目的の料理に対し適切に酢を合せる調理法を学ぶ。
- ・ 「酢の物」はコース料理の終盤に提供され飲酒を終わらせる合図である効果があり口の中を整えこの後の食事、甘味で締め括るという位置付けである事の意味合いを理解する。
- ・ 食材や目的の料理に対し適切に酢を合せる調理法を学ぶ。

ポイント

- ・ 帆立貝の扱い方の再確認を行う。青柳、鳥貝の特徴、扱い方を知り実践する。
- ・ 酢の味わいをしっかり立たせる調理法を学ぶ。

教育到達点

- ・ 酢の物は下処理を行った食材に合わせ酢を浸す方法が基礎となる。
- ・ その為合わせ酢の味がぼやけないよう食材の水分を十分払い酢洗いをした後合わせ酢に漬けていくという基本調理法を理解する。和え物料理にも同様である。

評価の目安と方法

- ・ 青柳、鳥貝の特殊な形状をした貝を貝剥きを用い剥く事が出来る。
- ・ 和芥子と玉味噌を合せ適宜な塩梅で仕上げる事が出来る。
- ・ 酢の物は食材の水分を除き合せる事が出来る。器に水分が流れないよう盛り付けが出来る。

持ち物に関する注意事項

- ・ 実習ノート
- ・ 包丁
- ・ 試食セット

[illegible]

教育内容

献立

日本料理理論3・4

春の会席料理の仕立て方

・食事 桜海老御飯 刻み生姜

・留椀 白味噌仕立て 百合根 花麴 芹

時間数

1回

1時間

授業の方法

講義

担当者名

実習課担当職員

目的

- ・米を炊く際の基本的な調理法を再確認し具と共に仕上げる炊き込み御飯の仕立て方を学んでいく。
- ・春の食材である桜海老の活用法を学ぶ。乾燥と生の違いを知り適切な用途を知る。

ポイント

- ・米を炊く際の適切な手順を確認し鍋の状態に応じた火加減の調節を行う。
- ・甘い当りの白味噌で留椀を仕立てる際の適切な当りの付け方、加減を知る。

教育到達点

- ・桜海老の香りを損なわない御飯地の当りを知る事が重要で一緒に炊く食材に合せる地の加減を変える事を理解しておく。
- ・また季節と共に御飯の内容に合わせた留め椀を仕立てていく。全体のバランスを考慮し当りを付ける事は今後の実習にも繋がる事で適切な目安をその都度知るようにしていく。

評価の目安と方法

- ・文化鍋を適切に扱い、火加減を管理し仕上げる事が出来る。
- ・白味噌と具の当りを考慮し留め椀に適切に当りを付ける事が出来る。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート
- ・包丁
- ・試食セット

[illegible]

目的

- ・ コース料理を締め括る甘味の効果、適切な甘みの付け方等の加減を学んでいく。

ポイント

- ・ 生地合わせ方、適切な固さを知り合せられるようにしていく。
- ・ 小豆から餡子の精製方法を知る。宮島を適切に動かし鍋に当たらないよう練っていく。
- ・ 適切な固さの目安を知り仕上げるようにする。砂糖の加減を知る。

教育到達点

- ・ コース料理の甘味は最後に食するためこれまでの料理の味わいを壊さないよう甘すぎない当りに抑えておくようにし全体の余韻を残すようにする事を理解する。
- ・ 練り仕事は日本料理では多く取り入れられている基本的な動作の一つであり玉味噌や胡麻豆腐等の基本的料理の作成に繋がる為宮島の適切な動かし方をしっかり体得出来るようにする。

評価の目安と方法

- ・ 生地を適切な固さに合わせる事が出来る。
- ・ 餡子を鍋に当たらず練り上げ適切な加減で砂糖を加える事が出来る。
- ・ 見た目に綺麗な形に仕上げる事が出来る。

持ち物に関する注意事項

- ・ 実習ノート
- ・ 包丁
- ・ 試食セット

日本料理理論

9

献立名

日本料理実習3・4

春の会席料理8 甘味
柏餅

分量

5人分

時間数

1回

3時間

授業の方法

実習

担当者名

実習課担当職員

材料・調味料

使用量

柏葉

5枚

上新粉

適量

漉し餡

適量

材料・調味料

使用量

盛付見本

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	伝承郷土料理・深山溪谷の味 一、岩魚骨蒸し 一、岩魚朴葉焼き 一、名残山菜の炊き込みご飯

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

- ・飽食の時代にあって、失われ行く料理の一つが郷土料理であり、その中枢となるものが川魚や山菜である。幾度の吟味の耐え、認知されてきた山菜や川魚、その生態系や歴史と共に天然物が持つ繊細な味わいとして尊重されてきた川魚や山菜の調理法を今、しっかりと学ぶ必要がある。
- ・世界一の味覚国といわれる日本、日本料理に携わる料理人として、温故知新を持って滋味の文化や味覚への研ぎ澄まされた感覚や感性を大いに養わなければならない。
- ・川魚(鮎、山女魚、岩魚等)の生態や生息域を知る。
- ・川魚、山菜の最適な調理法を知り味わい、食感を知る。
- ・岩魚の下処理法、調理法を知り実践する。

ポイント

- ・海の魚と違い、鮮度の落ちが早い為瞬時の調理法が要求される。
- ・的確な下処理と完成までの適切な工程を得る為には仕上がり迄の時間の逆算も必要となる。
- ・同じ山菜や川魚でも大きさにより料理も異なる故に、身の部分とは別に皮や骨の部分の特徴を学ぶ事が重要である。
- ・魚体が小さく崩れやすい岩魚の身を傷付けぬよう丁寧に扱う。
- ・料理による焼き加減の違いを意識し実践する。
- ・様々な種類の山菜を知り適切な下処理法、調理法を知る。

教育到達点

- ・鮮度の見極め方と調理までの保存法が的確に出来る。
- ・水洗い等、下処理を迅速に終わらせる。
- ・川魚独特の生臭さが消された料理となって完成されている。
- ・岩魚の姿、味わいを存分に活かした料理二品、下処理を適切に行い繊細な香りを損なわないよう意識し調理を行う事を心掛ける。
- ・岩魚、山菜類は夏に旬を迎える食材であり、素朴ながらその食材の持ち味を最大限に引き出す事の出来る郷土料理。その姿勢は日本料理の基本であり貴重な文化を絶やす事無く継承していく為にも各々で更に学習をし知識を深めていってもらいたい。

評価の目安と方法

- ・包丁の使い方や調理工程を実習を通じて評価する。
- ・衛生的に実習を行えている。
- ・適切な手順で岩魚を下処理、調理を行う事が出来た。
- ・郷土料理について学び興味を持つ事が出来た。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート ・包丁 ・試食セット
- ・蒸し器

日本料理理論

10

献立名

日本料理実習3・4

伝承郷土料理 深山溪谷の味
一、岩魚骨蒸し 二、岩魚朴葉焼き
三、名残山菜の炊き込みご飯

分量

5人分

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

材料・調味料

使用量

岩魚

10本

一 舞茸

100g

三つ葉

10本

二 長葱

1/2本

舞茸

1pc

田舎味噌

大匙5

三 ぜんまい

10本

たらの芽

5本

筍

1/2本

蕨

10本

洗い米

3合

合せ出汁

540cc

材料・調味料

使用量

盛付見本

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	日本の伝統としきたり 端午の節句
	一、台の物 小鯛姿焼き 鉄扇海老 的射真丈 矢羽根蓮根
	二、粽寿司

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

- ・五節句は中国の暦法上定められ、貴族に浸透し、江戸時代に幕府により五節句として制定されたものである。そして現在でも日本人の暮らしの中にあって欠かす事の出来ない行事の一つが五節句である。
- ・形式は縮小されても、それぞれの地域、家庭で伝承されている祭事。
- ・五節句の所以を学び、長い年月に渡り伝承されてきた節句料理の一つである、男の子の成長を祈願する端午の節句料理の中心料理を学ぶ。
- ・生身を使用した生身仕事の一部を学び、流し缶の使用法や一文字にて滑らかに仕上げる方法を学ぶ。
- ・小鯛の姿焼きの技法を学ぶ。
- ・矢羽根、鉄扇、的射等の見立て料理を実践する。
- ・端午の節句を理解し、見立て方や盛り付けの技法を学ぶ。

ポイント

- ・端午の節句料理には男の子の武運長久の願いが込められており、子供の料理でありながらも勝負に絡めた、武士料理名が多くある事も学ぶ必要がある。
- ・日本の良き伝承周年行事、端午の節句を理解し料理に意味する楽しさも学ぶ。
- ・生身仕事は色々な場面で必要となってくる。今回は平らで滑らかに蒸し上げる方法を学ぶ。
- ・小鯛の串の打ち方、焼き方を理解する。
- ・蓮根の形を利用した矢羽根の見立て方。
- ・海老の形状を利用した鉄扇の見立て方。

教育到達点

- ・節句料理の伝統を理解する。
- ・料理の謂れ（姿焼・矢羽根・的射・鉄扇など）を理解する。
- ・生身が均一に滑らかに蒸し上がる。
- ・小鯛の包丁の仕方が理解できる。
- ・矢羽根蓮根の切り出し方が理解できる。
- ・端午の節句の意味合いを理解し、盛り付けに反映させる。

評価の目安と方法

- ・実習ノートのチェック、及び筆記試験の採点にて評価とする。
- ・魚の頭の割り方を理解する。
- ・各見立て料理が理解できる。
- ・見本通りの盛り付けが出来る。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート ・包丁 ・試食セット
- ・焼台 ・流し缶 ・一文字 ・鉄扇串

日本料理理論

11

献立名

日本料理実習3・4

日本の伝統としきたり 端午の節句

一、台の物 ・小鯛姿焼き・鉄扇海老・的射真丈・矢羽根蓮根
二、粽寿司

分量

5人分

時間数

1回

3時間

授業の方法

実習

担当者名

実習課担当職員

材料・調味料

使用量

小鯛

5枚

無頭海老

5本

生身

500g

焼き海苔

2枚

蓮根

1節

甘酢

180cc

寿司飯

2合

サーモン

5切れ

烏賊

5切れ

材料・調味料

使用量

盛付見本

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	初夏の鮮魚を使って 刺身盛り合わせ バチ鰯 鰻 槍烏賊 粗身の活用法

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

- ・初夏の刺身として取り上げた三種の鮮魚。形態の違いと共に、作り身にする調理法も三種共に違いがあり、その下処理法と共に作り身としての整え方や合わせ、三種盛り合せのバランス等を学ぶ。
- ・併せて、高価な三種だけに、作り身より切り残った粗身の部分の活用法を学ぶ事は非常に意味がある。営業における原価計算と共に、優れた粗身の活用料理を実習する。
- ・初夏を代表する鮮魚三種を刺身に仕立てる調理法を学び実践していく。
- ・切り残りや粗部分を用いた様々な活用法を学び実践していく。
- ・衛生的に作業を進める調理手順を身に付ける。

ポイント

- ・生物であるが故に、殊更に衛生的で、新鮮な素早い調理法と盛り付けを学ぶ。
- ・それぞれの鮮魚の的確な作り方の技法を学ぶとともに、見た目の清涼感や思わず食べたくなる盛り付けの演出を学ぶ。
- ・お造り三点を盛り付ける際の間隔の取り方、美しく仕上げる為の様々な留意点を学ぶ。
- ・粗部分の基本的な下処理法を知り様々な料理に繋がられるようにしていく。
- ・鮮魚三種のそれぞれの適切な下処理法、卸し手順、刺身の引き方を覚える。

教育到達点

- ・初夏の鮮魚の取り扱い方を習得する。
- ・衛生観念を常に持ち実習に取り組む心構えを身に付ける。
- ・刺身三点を盛る事はお造りを盛り付ける際の基本となる。間隔の取り方やそれぞれの鮮魚の引き方に合わせた置き方等を季節感を考慮しながら仕上げる基本的な盛り付け法を知り、点数や器の大きさに対し適切に対応出来るようにしていく。
- ・粗部分の活用法を修得し食材の無駄を出さない調理法、心構えを身に付ける事が重要である。

評価の目安と方法

- ・実習ノートのチェック、及び筆記試験の採点にて評価とする。
- ・器具の使い分け、野菜と魚類で作業エリアを分けながら衛生的に実習を行う事が出来る。
- ・水洗い、卸し、切り出し作業を適切に行いお造りを彩り良く仕上げる事が出来る。
- ・粗部分の基本的な活用法を知り以降の応用に繋げる事が出来る。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート ・包丁 ・試食セット

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	夏の会席料理(1) 前八寸 一、水無月豆腐 一、川海老艶煮 一、新丸十蜜煮 一、小松菜と板麩の煮浸し 一、蛸梅肉和え

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

- ・ 夏に代表される伝統料理を前八寸に構成しそれぞれの調理法を学んでいく。
- ・ 夏の食材である蛸や川海老等の適切な下処理法、調理法を学ぶ。
- ・ 初夏の献立に多く用いられる「水無月」その意味や由来を学ぶ。

ポイント

- ・ 水無月豆腐の生地の適切な合せ方、練り方を覚えていく。
- ・ 蛸の食感を損なわない調理法、蛸に合わせる梅肉の塩梅を知る。
- ・ 川海老艶煮は地を適宜に詰め鍋に当たらないよう調理を進めていく。
- ・ 新丸十はしっかり火を通し鮮やかな黄色を付ける方法を学ぶ。

教育到達点

- ・ 夏の暑い季節に提供する料理に相応しい献立やその当りの適切な付け方を理解し前八寸を仕上げられるようにしていく。
- ・ その中で調理法や食材の重複を避け献立が構成されている点、涼しげな盛り付けで爽やかな印象を与えられる事を踏まえ構成されている事を理解し実習に臨むようにする。

評価の目安と方法

- ・ 適切な手順で水無月豆腐を合わせ仕上げていく事が出来る。
- ・ 蛸を適切に扱い捌いていく事が出来る。
- ・ 鍋を揺すりながら地を詰めて適切な加減で艶煮を仕上げる事が出来ている。
- ・ 全体のバランスを考慮し前八寸を盛り付け仕上げる事が出来ている。

持ち物に関する注意事項

- ・ 実習ノート
- ・ 包丁
- ・ 試食セット

[illegible]

教育内容

献立

日本料理理論3・4

夏の会席料理(2)

椀物 鱈葛取り 結び素麺 椎茸 小メロン 花柚子 清まし汁

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

- ・春の会席料理のお椀はまだ寒さ残る気候を踏まえ薄葛仕立てにした事に対し夏は清まし仕立てで提供していく事が相応しい。
- ・お椀の様々な仕立て方を知る事と併せ季節に応じ仕立て方に変化を付ける事が重要である事を理解する。

ポイント

- ・鱈の適切な下処理法、調理手順を知り実践していく。
- ・縦結びにならない結び方を意識する。
- ・夏に提供する清まし仕立ての適切な当り加減を知りそれぞれで当りを付けていく。

教育到達点

- ・「結び」はお祝いの際に提供する料理にも多く用いられる日本料理特有の調理法である事を理解する。
- ・小型の鱈をお椀で提供するには形を崩さない最適な方法といえる。
- ・春の前菜の若鮎の際も同様、姿が重要な魚の様々な提供方法を知る事、考慮する事が大切である。

評価の目安と方法

- ・適切な加減で清まし仕立てに当りを付ける事が出来る。
- ・鱈の姿を崩さず下処理、調理行い仕上げる事が出来ている。
- ・旬の蓴菜、小メロン、花柚子を適切に扱い味わいや香りを知る事が出来た。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート
- ・包丁
- ・試食セット

[illegible]

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	夏の会席料理 刺身 福子と車海老の洗い 若布 白瓜 山葵 加減醤油

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

- ・白身魚に多く用いられる洗いの基本的調理法を知り実践していく。
- ・洗いを施す事による効果を知りそれらを踏まえ実習に臨むようにする。

ポイント

- ・福子の適切な下処理法、適切な卸し方を知る。活け締め福子の応用捌き方を知り実践していく。
- ・お湯の適切な温度、漬ける時間の目安を知る。

教育到達点

- ・余分な脂や臭みを除き、福子、車海老の持ち味である上品な甘みや香りを最大限に引き出す事の出来る洗いの手法。魚の種類や身の状態、脂の乗り加減を見極め洗いを行えるようにしていく。

評価の目安と方法

- ・洗いの様々な手法を知る事が出来たか。魚種や身の状態による最も適切な方法を選択する事の出来る見極めの目安を知る事が出来る。
- ・福子を適切な手順で卸し骨から身を綺麗に外す事が出来た。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート
- ・包丁
- ・試食セット

[illegible]

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	夏の会席料理(4)
	太刀魚若狭焼き 玉蜀黍醤油焼き 蚕豆塩茹で

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

- ・ 太刀魚の適切な扱い方及び夏には鰯や穴子等長い姿の魚を扱う機会が多い為基本的な所作を身に付け上記の魚を卸す際にスムーズに作業に入れるようにする。

ポイント

- ・ 夏場に太刀魚を焼き物で提供される際の適切な当りの付け方、姿を活かした串の打ち方等を学び実践していく。

教育到達点

- ・ 肌寒い冬から春は甘い味噌焼き等が好まれるのに対し夏は塩味の効いた当りが好まれる。淡白な味味の太刀魚に適した当り、焼き方である事も併せて知る。
- ・ 長い姿の魚を卸す事に慣れる、また手順を知り応用に繋がられるようにしていく。

評価の目安と方法

- ・ 太刀魚の銀皮を傷つけず適切に卸していく事が出来る。
- ・ 太刀魚の風味を損なわず焼き色を付け仕上げる事が出来る。

持ち物に関する注意事項

- ・ 実習ノート
- ・ 包丁
- ・ 試食セット

[illegible]

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	夏の会席料理(5)
	冷やし鉢 冬瓜含ませ煮 フカヒレ餡かけ 絹さや 卸し生姜

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

冬瓜の特徴を知り煮含める際の適切な調理法、下処理法を学んでいく。
温かい煮物と冷たい煮物の違いを知り適した調理法を学び実践出来るようにしておく。

ポイント

特徴的な味わいは無いが出汁をたっぷり含ませる事の出来る冬瓜に合わせる
適した出汁の種類や合せ方、当りの付け方を学んでいく。
大型で紡錘形である為、扱いに十分注意し均一に切り出せるようにしていく。
表面の青色を鮮やかに残す下処理法を知り実践する。

教育到達点

火を通すと柔らかくなり表面の青色を残しつつ煮崩れを起こさず
含めていく事は非常に困難だという事を知り適した手順を踏み調理を行うようにする必要がある。
温かい煮物と冷たい煮物で同じ分量の調味料でも当りの感じ方が異なってくる為
適切な加減を知る事が重要になってくる。

評価の目安と方法

冬瓜を煮崩れさせず煮含め仕上げていく事が出来る。
食材に当りが入っていくタイミングを理解し火を通しすぎない適切な加減で
煮含めていく事が出来る。
冷やして提供する事を考慮し当りを付ける事が出来る。

持ち物に関する注意事項

・実習ノート ・包丁 ・試食セット

日本料理理論 17	献立名 夏の会席料理5 冷し鉢 冬瓜含ませ煮 フカヒレ餡掛け 絹さや 卸し生姜 日本料理実習3・4	分量 5人分
---------------------------------	--	------------------------------

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

材料・調味料	使用量	材料・調味料	使用量
冬瓜 5cm角	10個		
フカヒレ金糸	適量		
絹さや	10枚		
卵白	3個		
合せ出汁	実習で調整		
卸し生姜	大匙1杯		

盛付見本

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	夏の会席料理(6) 酢の物 蒸鮑 蛇腹胡瓜 茗荷甘酢漬け 青とさか海苔 吉野葛

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

- ・ 鮑の特徴を知り下処理法、適切な調理法を知り実践していく。
- ・ 身以外の肝の部分の用途も併せて覚えておく。

ポイント

- ・ 鮑を適切に蒸していき柔らかく仕上げるまでの行程を覚え実践していく。
- ・ 蒸し器の取り扱いの注意点を再確認し適切に扱っていく。

教育到達点

- ・ 鮑を酢の物で仕上げる為の切り出し方、合せ酢の当りの加減等をしっかり覚える。
- ・ 蒸しながら火を入れた事により食感が残りつつ柔らかく香りが損なわれない仕上がりになっている。
- ・ 鮑は食感と香りが重要な為火を通すには最も適切な方法である事を学ぶ。
- ・ 蛸等他の食材に応用出来るので使いこなしていきたい調理法である。

評価の目安と方法

- ・ 鮑の種類、特徴、調理法を知り適切に扱う事が出来た。
- ・ 適切に切り出し酢と合わせ仕上げる事が出来る。

持ち物に関する注意事項

- ・ 実習ノート
- ・ 包丁
- ・ 試食セット

[illegible]

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	夏の会席料理(7)
	食事 鰻棒寿司 ガリ生姜
	留椀 味噌仕立て 焼き茄子 紫蘇の葉

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

- ・日本料理の夏を代表する食材である鰻の水洗い法、骨切り法を実践し鰻に対する適切な所作を身に付ける。
- ・夏に提供する留椀。仙台味噌の特徴や味わいを知り食事と具の内容を考慮しながら適切に当りを付けるようにしてゆく。

ポイント

- ・鰻を卸す手順を覚え実践していく。
- ・骨切りの身に対する適切な角度、深さの目安を知り細かく同じ要領で繰り返し行えるようにしていく。
- ・見本の留椀の当りを覚えそこに近づけられるよう当りを調節し付けていく。

教育到達点

- ・鰻に対する唯一無二の独特の卸し方や骨切りといった技法を用い作業を行う。
- ・骨切り包丁といった専用の道具がある事からも鰻は日本料理に欠かす事の出来ない食材である。
- ・扱いに少しでも慣れていき様々な応用料理に繋げるようにしていく。

評価の目安と方法

- ・鰻を適切な手順で水洗いし綺麗に骨を外し卸す事が出来る。
- ・骨切りは包丁の角度や深さの加減を知り行う事が出来る。
- ・棒寿司に取る為、鰻を平らにタレ焼きに仕上げる方法を知り実践出来た。
- ・留椀は見本と同じ加減で当りを付ける事が出来た。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート
- ・包丁
- ・試食セット

[illegible]

教育内容

献立

日本料理理論3・4

夏の会席料理(8)

冷甘味 葛切り 白玉

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

- ・ 伝承甘味である葛切りと併せて白玉団子、黒蜜の調理手順を学び実践していく。

ポイント

- ・ 葛粉と水の割合を知る。お湯にくぐらせてから引き上げるまでの状態の変化、目安を見極める。
- ・ 白玉粉は水と合わせ適宜な固さの生地を作り団子状にとっていく。

教育到達点

- ・ 夏の清涼感を感じる事の出来る葛切り。行程は少ないが一つ一つ丁寧に作業を行う。
- ・ また葛粉と水は予め合わせておいた物を使用する等の決まり事をしっかり覚えておく。

評価の目安と方法

- ・ 葛切りはしっかり火を通し引き上げの状態の目安を知り仕上げていく事が出来る。
- ・ 白玉団子は生地を適切な固さに合わせる。お湯に取り引き上げの状態の目安を知る。

持ち物に関する注意事項

- ・ 実習ノート
- ・ 包丁
- ・ 試食セット

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	鰻料理
	鰻蒲焼き 肝吸い 鰻ザク酢

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

- ・川魚でありながらも特別な食材として高価な値段として珍重されている鰻。
- ・数ある魚類の中にあっても、天然物、養殖物との隔たりを感じさせないのも鰻である。
- ・遠くには江戸の時代より、滋養強壮として、また優れた食味として珍重されている鰻の調理法を蒲焼きと共に多くの調理法を勉強する。
- ・合せて関東、関西との蒲焼き等の調理法の違いも学習する。
- ・鰻を捌く適切な手順、包丁の進め方を学ぶ。
- ・鰻の串打ち法を学び実践していく。
- ・白焼きの仕立て方と蒸し器による蒸し加減を学ぶ。
- ・蒲焼きの仕立て方を学ぶ。

ポイント

- ・活鰻の割き方を確実に身に付ける所から学び、白焼き、照り焼き等のそれぞれの重要な調理部分と共に、照りタレ等の作り方もしっかり学ぶ。
- ・出刃包丁で卸していく為包丁の進め方と角度に注意する。
- ・串打ちは、皮目に沿ってしっかりと打つ事を意識する。
- ・皮目の白焼きはしっかり行う。以降関東、関西の調理法に違いそれぞれの利点を学ぶ。
- ・蒲焼きは艶良くタレが乗るよう仕上げる調理法を学ぶ。

教育到達点

- ・鰻を取り扱う際の注意点をよく学び、実習に備える。
- ・調理法の歴史、変遷を併せて学習していく。
- ・鰻の調理法の歴史、関東、関西地方で割き方、調理法の違いを知り両者の利点をしっかり理解した上で実習を行う事が重要である。
- ・基本の鰻料理三種を学び体得出来るようにする。

評価の目安と方法

- ・包丁の手入れ具合、鰻の捌き方等を通じてチェックする。
- ・適切な手順で鰻を割き下処理を行う事が出来る。
- ・串を打つ場所、感覚を覚え、焼きの作業を行う事が出来る。適切な焼き加減を知り実践出来る。
- ・蒲焼きは掛け焼きを適切に行い艶良く仕上げる事が出来る。
- ・肝吸いに使用する部分の部位を見極め下処理を行う事が出来る。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート ・包丁 ・試食セット
- ・焼き台 ・蒸し器

[illegible]

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	夏の冷し鉢
	一、滝川豆腐
	一、冷し彩り素麺

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

- ・夏のコース料理に求められるのは清涼感と涼しさである。夏の爽やかな色合いと掛け出汁の透明感や喉越しの良さは古来より万人に親しまれてきた日本の料理とも言える。
- ・純然たる懐石料理や、精進の料理として手法を変え、受け継がれてきた、完成度の優れた料理である。また、昨今、体にも優しい料理としても尊重されており是非とも技術を習得する必要がある。
- ・「滝川豆腐」献立名の由来、歴史的背景や変遷を知り実習に臨む。
- ・夏の一品に用いられる滝川豆腐の適切な調理手順をしっかりと覚える。
- ・清涼感を感じさせる盛り付け法、演出方法を学ぶ。

ポイント

- ・主に植物性の材料を主として構成されており、豆腐や素麺の硬さ加減が料理の出来、不出来に繋がるために、寄せ加減や茹で加減における熱の通し時間のタイミングを覚える事が大事である。
- ・豆腐の水抜きを行い適切な硬さを覚え実践していく。
- ・素麺は適切な硬さに湯掻き洗い方、締め方を覚え実践していく。
- ・野菜類の下茹で、地漬けをしっかりと行い彩良く仕込んでいく。

教育到達点

- ・熱から外し、次の行程へ移る手順が確実に理解出来ており、余熱の計算までを加味する事が出来ること。
- ・数秒のタイミングが計れる事がより完成度の高い料理となる事を理解する。
- ・豆腐は様々な料理に用いられる。水抜きは目的の料理に合わせその都度適切な硬さを見極め調理を行う事が最も重要でありその難しさを知る。
- ・実習の中で繰り返し水抜き作業を実践し理想の状態に仕上げられるようにしていく。

評価の目安と方法

- ・実習における工程作業及び、料理の出来栄ををチェックして採点の評価とする。
- ・滝川豆腐を作る際の適切な豆腐の硬さを知り調理を行う事が出来る。
- ・豆腐地を適切な硬さに寄せ固め仕上げる事が出来る。
- ・彩り良く、清涼感を感じさせる盛り付け法を学び実践していく事が出来る。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート
- ・包丁
- ・試食セット

[illegible]

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	精霊の点心 向・長芋ゆかり和え、白瓜昆布締め 汁・味噌仕立て、焼き生麴、打ち葱 厚揚げ味噌挟み焼、色々野菜煮凝り、茗荷酢漬け、新生姜ご飯おにぎり

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

- ・精霊棚に先祖の霊を迎え、季節の野菜や果物、精進料理を仏壇に供える盂蘭盆会。
- ・料理に込められた一品の意味合いを理解し、合せて、全国津々浦々における独自の文化、地方や家庭によって異なる先祖を迎える為の伝承文化は日本料理の原点とも言われ、精進料理に偲ばれる深さを学ぶ。
- ・盂蘭盆会、お盆の歴史を知りそれに付随する精進料理の意味合いを理解し実習に臨む。
- ・長い年月を重ね研鑽され現在に伝承されてきた精進料理の逸品を学んでいく。

ポイント

- ・精進料理の中であって、独自の組み合わせと言われる所以は献立を通じて学ぶ意味がある。出汁の使い方や精進料理独特の調理行程を学習し今後の精進料理のレベルアップに繋げていく事が大事である。
- ・各食材を適切に下処理を行い、見本と同じ様に切り出し調理を行う。
- ・お盆の頃に作成する精進料理を点心で構成する提供方法の定義を学び実践していく。

教育到達点

- ・精進物にあっても尚、限られて使用している素材で構成されている事の意味合いを理解し、点心という構成内容も理解する事により完成度の高い料理となる。
- ・各料理に用いられる食材の謂れを知る。切り出しの大きさ、盛り付け方にも大きな意味がある。
- ・歴史の変遷から各精進料理に込められた意味合いを学び実習に臨むようにしていく必要がある。

評価の目安と方法

- ・実習における工程作業の確認と実習ノートのチェック
- ・各精進料理、そこに使用されている食材の意味を理解し実習を行える。
- ・日本料理の原点とも言われる精進料理の歴史を知り基本を学び今後に関係付けていけるようにする。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート
- ・包丁
- ・試食セット

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	京の伝統野菜を使って 1、賀茂茄子・田楽焼き、含ませ煮 2、甘長唐辛子・焼き浸し、卸し和え 3、三尺ささげ・衣揚げ、胡麻和え

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

- ・千年の歴史に育まれた京野菜は日本食文化の源流と言える。遠い祖先が農耕文化のもと長い時代の中にあって日本文化を支え続けたのも京野菜であり、江戸時代にも食文化の中心となったのが京野菜である。
- ・バイオの研究によって野菜の季節感が無くなった昨今、京野菜はその季節でしか味わえない昔タイプの野菜である。その京野菜の出回る時期と味を学ぶ事は野菜の原点を知る事である。
- ・長い歴史を有する京野菜の原点、現在に至るまでの変遷を学ぶ。
- ・様々な種類の京野菜を学ぶ。今回使用する京野菜の特徴、味わい、適切な調理法を学び実践出来るようにする。

ポイント

- ・春夏秋冬毎に出回る京野菜の産地、素材の持ち味を知る事が何より先決である。
- ・京野菜は日本料理に欠かすことの出来ない野菜である事をしっかり勉強する事が大事。
- ・栽培方法、上質な賀茂茄子を見極める方法を学ぶ。
- ・甘長唐辛子の鮮やかな青色、姿を活かした調理法を学ぶ。
- ・爽やかな甘み、苦味を伴っている三尺ささげの味わいを活かした調理法を学ぶ。

教育到達点

- ・京野菜の持つ味や特徴が理解でき、その上で素材を活かす調理法を学び将来京野菜の調理法に活かす事は新たな日本料理の発展に大きな貢献となる。
- ・市場に出回る時期が限られている事や姿が特徴的なものが多い点を踏まえ京野菜を調理する際は繊細な味わいを損なわずその姿を活かす事が大前提である。
- ・しかしそれは京野菜に限らず日本料理に於いて全ての食材に言える事であり日本料理の原点、基本と言われる所以である事をしっかり学び取る。
- ・前途の事を常に意識し今後の実習、更には社会人になった時、調理を行う際の礎にして頂きたい。

評価の目安と方法

- ・実習ノートのチェックと実習料理の出来栄を目安とする。
- ・各京野菜の色味、姿を損なわず適切に扱う事が出来る。
- ・それぞれの持つ味わいを知り最大限に引き出す調理法を学び実践する事が出来る。
- ・京野菜に妙味を持ち、秋にも様々な京野菜を用いる為予め各々で予習しておく事が望ましい。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート
- ・包丁
- ・試食セット

[illegible]

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	江戸回顧・江戸前 夏の一汁三菜 ・主食、菜飯 ・汁、蛸汁 ・主菜、うるめイワシ丸干し焼き ・副菜、小松菜と油揚げの炒め煮 ・副菜、伽羅露

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

- ・江戸が日本の中心になるに従い、日本の料理そのものが確立された時代でもある。
- ・当時の庶民の「ハレ」に近い献立として残されている一汁三菜の献立を学び江戸の食文化を知る出発点とすることは意味がある。
- ・また、昨今、言われている、身体を思う料理として注目を浴びている時代献立として学ぶ事は大事である。
- ・様々な江戸料理、合せて現在までに伝わる一汁三菜の構成の歴史、変遷を学ぶ。
- ・時代背景や派生経緯等、京料理との違いを知り実習に臨む。

ポイント

- ・庶民には四足的な食べ物がまだ出回る事は少なく江戸前の魚介類や近郊の野菜で賄なわれていた事を表す当時の献立として勉強する事は将来に繋がる。
- ・使用する食材、構成方法の理由を知り今後献立を自身で組む際考慮すべき点を覚える。
- ・夏に出回る様々な江戸野菜を知り、適切な下処理、調理法を学ぶ。
- ・各料理の適切な調理手順を覚え実習に臨む。

教育到達点

- ・一見、平凡な庶民の食事にも見えるが、バランスの取れた献立となっており現代人に警告するような献立である事を注視し、時代が求める料理献立である事をしっかり意識して、合せて料理の作り方を学ぶ。
- ・現在に至るまで幾度となく吟味され研鑽された日本料理独自の食文化である一汁三菜の構成方法。使用する食材、調理法の選定方法等をしっかり学び取り献立を組む際に留意すべき様々なポイントを知り今後に繋げていく事が重要である。

評価の目安と方法

- ・実習ノートのチェックと実習料理の出来栄を目安とする。
- ・江戸料理、一汁三菜についての歴史、食文化を踏まえ実習を行う事が出来る。
- ・江戸野菜を知り、各食材を適切に扱い彩りよく料理を仕上げる事が出来る。
- ・料理数が多い為、班内で役割分担をしっかり決め円滑に実習を行う事が出来る。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート ・包丁 ・試食セット

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

[illegible]

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	煮魚の仕立て方 鮮魚と冷凍魚 仕立て方の違い
	鮮魚 勘八を使って
	冷凍魚 銀鱈を使って

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

- ・熱を通して調理作業を行う中で、焼物や揚げ物よりも技術の差が顕著に表れるのが煮物(煮付け)である。確実な下処理と煮含める為のコツを理解する事により生臭身の無い美味しいといわれる高度な仕上がりとなる。
- ・夏の時期に旬を迎える勘八の適切な水洗い法、卸し方の手順を学び実践していく。
- ・中～大型の魚を扱う際の留意点を知り実習で念頭に置き作業を行う。
- ・鮮魚と冷凍魚で調理法、調理手順の違いを知る。

ポイント

- ・確実な下処理の下、味付けをするにあたり、最大の留意するべきところは冷凍魚の味付けは煮汁を合せて、煮立てた中で煮る事であり、鮮魚の場合は調味料を順々に加えて行く所にある。同じ味付けにあっても、煮汁を合せた中で煮含めるか、順番に調味料を加えて煮含めるかが、鮮魚と冷凍魚を美味しく煮るコツである。
- ・勘八の鱗の除き方を知る。目的の料理により除去法が異なる事を理解する。
- ・鮮魚と冷凍魚、それぞれの利点や身の特徴を理解し調理を行っていく。

教育到達点

- ・的確な下処理、霜降りや煮含め時の火力の調整が魚の部位事に判断出来る事が目的である。
- ・鮮魚と冷凍魚、それぞれの特徴を理解し適切に扱っていく事は今後の実習や社会に出た際に必ず必要になる知識である為調理理論と併せてしっかり覚えていく。
- ・冷凍魚は解凍法、加熱法が重要になり身の食感を残しながらしっかり中まで当りを付ける手順、ポイントを理解していく。

評価の目安と方法

- ・実習を通しての行程の確認と仕上がりや盛り付けをチェックする。
- ・勘八の特徴を理解し適切に水洗い、卸しの作業が出来る。
- ・鮮魚と冷凍魚の違いを理解しそれぞれの適切な扱い方、加熱法、時間を理解出来た。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート ・包丁 ・試食セット

[illegible]

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	前期実習回顧献立 鮎料理 若鮎と生魚の適性料理 ・酒蒸し・塩焼き・煮浸し・鮎飯

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

- ・晩秋に海でふ化した稚鮎は、桜の時期の頃より川を遡上し、六月になると、若鮎として川藻を食べながら更に上流を目指し、九月、産卵の為に川を下りはじめ十月、川底に産卵すると、僅か一年の一生を終える。それ故に「年魚」といい何とも言えない清らかな香気のために「香魚」とも呼ばれる。
- ・また、場所、川により異なるのが鮎の味でもあり、地域の鮎料理を学ぶ機会である。
- ・夏に旬を迎え日本料理に於いて代表的な食材である鮎の様々な種類と適性料理を学ぶ。
- ・鮎の適切な扱い方を知り各自で下処理、串打ちを実践する。
- ・各料理の適切な調理手順を学び実践する。
- ・様々な鮎の用いた料理を学ぶ。

ポイント

- ・稚魚の特徴として、雑食性であることや、骨が柔らかい事等を考慮し姿で骨ごと食する料理が多く、成魚になると肉質や香りを重視した料理へと変わる事を学びながらまた、天然物と養殖物の違いを知る必要がある。
- ・鮎の姿を活かすように骨を縫いながら串を打つようにする。
- ・様々な種類の串の打ち方を学ぶ。
- ・適切な焼き方、焼き上がりを見極めるポイントを意識し調理を行う。

教育到達点

- ・若鮎、成魚に関わらず鮮度が落ち易い魚であり、手早く扱う必要があり的確な下処理が求められるので、料理が完成されるまでの行程を事前に把握しておく事が重要。
- ・様々な鮎の種類を知り目的の料理の応じて使い分けられるようにしていく。
- ・また種類による調理法、下処理法の違いを学び適切に扱っていけるようにする。
- ・熱源との距離や串を回しながら焼く等、直火で焼いていく際の基本的調理法をしっかり覚え他の食材に応用出来るようにする。

評価の目安と方法

- ・実習に於ける実習ノートの確認。
- ・鮎の骨格を理解し適切に串を打つ事が出来る。
- ・直火で焼く際の注意点を念頭に置き適切な手順で焼き上げる事が出来る。
- ・鮎の種類、特徴を知り、それぞれに適した様々な料理知る事が出来た。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート
- ・包丁
- ・試食セット

[illegible]

教育内容

献立

日本料理理論3・4

夏の名残と初秋料理

・無花果 胡麻掛け ・秋鮭と茸の挟み焼き ・菊釜入り菊花膾和え

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

- ・お盆を過ぎれば秋の食材が出廻り始めるが、その走りとなるのが無花果や菊であり魚介では鮭と言える。特別高価とは言えないが、確実に秋の食材の走りである事を知っておく事は今後、会席料理献立を立てる上で非常に大事である。
- ・併せて適正な料理法を学び、素材重視の味付けの難しさを学ぶ。
- ・秋鮭の特徴と適切な扱い方を知る。挟み焼きの調理法を学ぶ。
- ・甘味に使用する事が多い無花果を料理に用いる際の留意点を学ぶ。
- ・カボスを菊釜に取る手順を学ぶ。

ポイント

- ・特殊素材である無花果の扱い方を理解し、応用料理に繋げる事や、秋鮭の水洗いや卸し方を学ぶ。またカボスを素材とし、菊釜に見立てる包丁技術を身に付け演出法の幅を広げる事は重要。
- ・大根を用いた挟み焼きの伝統調理手法を学び実践する。
- ・身の柔らかい無花果の適切な扱い方を知り実践する。
- ・黄菊を彩り良く湯掻く調理法を学ぶ。

教育到達点

- ・無花果の皮が綺麗に剥ける、鮭は身割れさせずに上身に仕上げられる。カボスを使って菊釜が剥けるようになる。
- ・挟み焼きは様々な食材に応用出来る調理法である為、形を崩さないよう焼き上げる串の打ち方をしっかり覚える必要がある。
- ・初秋にかけ使用する事の多い秋鮭はイクラの仕込み方と併せ適性な様々な料理を学んでいく。
- ・日本料理に於いて無花果や柿は料理に使用される事が多い為適切な扱い方を知り応用に繋げていきたい。

評価の目安と方法

- ・実習を通じて出来栄の評価とする。
- ・挟み焼きの手法で食材を崩さず焼き上げる事が出来る。
- ・無花果の様々な調理法を知る事が出来た。
- ・膾はカボスの香りが合わさる事を踏まえ適宜に当りを付ける事が出来る。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート ・包丁 ・試食セット

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	秋の伝統料理 月見の宴 ・月見団子 ・里芋ずんだ和え ・萩豆腐

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

- ・名月の宴が中国から伝わり平安時代以前からこの夜の満月を迎える風習が一般庶民の間にあったと言われるのは日本が農耕民族としての生活設計の目安であった「こよみ」として月々の満月の晩を基準にして考えるものであった。
- ・この時期は芋の収穫時期であり、初穂祭として収穫を祝い、芋、団子、枝豆、ススキの穂を「お月さま」に備える習慣は今日まで継承されてきた意味を日本料理に携わる上に於いて非常に重要である。
- ・お月見(十五夜)の歴史、現在までの変遷をを知り様々な伝統料理を学ぶ。
- ・萩の花に見立てた蓋物調理法の仕立て方を学び実践していく。

ポイント

- ・日本料理に携わる調理師の役割の一つは食文化の継承と伝達である。
- ・季節の風習を料理に再現する為にも、確実な時代考証を学ぶ事が大事である。
- ・食材による生地合わせ方の違い、適切な固さを知り団子に取れるようにする。
- ・枝豆を彩り良く湯掻く、仕上げる調理法を学ぶ。食材に下味を付け丁寧に仕上げていく。
- ・小豆の適切な戻し方、割れないように仕上げる火の通し方を学び実践する。

教育到達点

- ・月見の宴に関わる食材の使い方と共に、伝統に支えられてきた周年行事を知る一コマである事をしっかり理解する。
- ・月見に因んだ料理は日本料理に於いて避けて通れないもので歴史をしっかりと学び理解した上で調理を行う事が重要になる。また、萩の花を表現する小豆の適切な扱い方をしっかりと学び応用に繋げていくようにする。

評価の目安と方法

- ・実習ノートを通じての評価とする。
- ・月見団子は食材毎の適切な仕込み方、生地の固さを知り形良く仕上げる事が出来る。
- ・枝豆を彩り良く仕込みずんだ餡を合せる事が出来る。
- ・玉子生地に酢を入れず萩豆腐を仕上げる事が出来た。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート ・包丁 ・試食セット
- ・蒸し器

日本料理理論

29

献立名

日本料理実習3・4

秋の伝統料理 月見の宴

・月見団子 ・里芋ずんだ和え ・萩豆腐

分量

5人分

時間数

1回

3時間

授業の方法

実習

担当者名

実習課担当職員

材料・調味料

使用量

白玉粉

200g

里芋

10個

枝豆

2袋

小豆

25粒

占地茸

1pc

芽葱

1/2pc

卵

10個

出汁

適量

材料・調味料

使用量

盛付見本

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	秋の会席料理(1) 前菜 壺壺三種盛り 一、鱧皮と菊の和え物 一、鮭腹子醤油漬け 一、無花果胡麻餡かけ

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

- ・ 秋を代表する食材を利用、またそれぞれ適切に下処理していき彩良く料理を仕上げていく。
- ・ また、秋に多く使用する事が多い為扱い方を覚え様々な使用法を学んでいく。

ポイント

- ・ 黄菊の適切な湯がき方を知る。
- ・ 腹子は一粒一粒がぱんと張っているように仕上げる為の手順、調理法を学ぶ。
- ・ 無花果に合わせた適切な胡麻餡の当たりを知る。

教育到達点

- ・ 秋は黄色、朱色等の暖色系の食材を使用する事が多くなる。それぞれ適切に扱い色を損ねず鮮やかに仕上げていくようにしていく。
- ・ 壺盛りの利点を理解し構成する料理を考慮しバランス良く仕上げられるようにする。

評価の目安と方法

- ・ 黄菊を色良く出し和え物を仕上げる事が出来る。
- ・ 腹子の一粒一粒が張っており漬けていく当り、時間の目安を知る事が出来る。
- ・ 無花果は適切に扱い形を崩すことなく仕上げる事が出来る。適切な胡麻の当り加減を知る事が出来た。

持ち物に関する注意事項

- ・ 実習ノート
- ・ 包丁
- ・ 試食セット

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	秋の会席料理(2) 吸い物 萩真丈 占地茸 芒葱 紅葉麩 柚子

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

- ・ 真丈の基本的な仕立て方を裏漉し、当り鉢の使い方と併せて復習していく。
- ・ 萩真丈を作成する調理工程を学び実践していく。

ポイント

- ・ 真丈は調味用、他の材料を入れる前に必ず空当りを行ってから作業にかかる。
- ・ 萩の花に見立てる技法、形の取り方を覚える。

教育到達点

- ・ 真丈を扱う際の所作、空当りを行い真丈を柔らかく戻してから調味料を少しずつ加えていく。
- ・ 等の基本調理法を覚え、季節感や目的により形や見立てを変化させ応用へ繋げられるようにしていく。

評価の目安と方法

- ・ 生身を適切に扱い調味料、食材を合せる事が出来た。
- ・ 裏漉し、当り鉢を適切な所作で扱い舌触りの良い真丈を仕立てる事が出来た。

持ち物に関する注意事項

- ・ 実習ノート
- ・ 包丁
- ・ 試食セット

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	秋の会席料理(3) 刺身 戻り鰹叩き 薬味、茗荷 白葱 生姜 大葉 大蒜 割り酢 紅葉卸し

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

- ・ 秋に多く用いられる戻り鰹の特徴を理解し刺身(叩き)で仕立てる調理法を実践していく。
- ・ 手順を再確認し適切な方法で捌いていく。
- ・ 皮の焼き加減、熱の通し方、氷水での締め等を連続して行う方法をしっかり身に付ける。

ポイント

- ・ 身割れし易い為綺麗に卸す方法を理解し実践していく。
- ・ 本来の叩きの伝統的調理法を知り実習に臨むようにする。
- ・ 串の打ち方も重要である為に、特に金串の太さや打つポイントを完全に理解し、短時間での処理法を学び実践する。

教育到達点

- ・ 調理法、使用する薬味、合わせ酢の割合は永年に渡り伝承されてきた方法に乗っ取り行われてきた手法でありその調理法を知る事が重要である。
- ・ 卸し方、串の打ち方、皮目の焼き加減、引いた刺身の大きさ等全てに理由があり今に伝えられてきた方法である事を念頭に叩きの実践に取り組むようにしていく。

評価の目安と方法

- ・ 身割れをさせずに鰹を卸す事が出来る。
- ・ 皮目を焼く加減を理解し実践の中で見極める事が出来る。
- ・ 刺身を引く手法(下駄造り)を理解し見本と同じ様に引く事が出来る。

持ち物に関する注意事項

- ・ 実習ノート
- ・ 包丁
- ・ 試食セット

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	秋の会席(4) 焼物 吹き寄せ塩釜盛り 蛤黄味焼き 合鴨塩焼き 車海老塩焼き 焼き栗 殻付き銀杏焼き 松葉

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

- ・塩釜の作成方法を学び実践していく。
- ・吹き寄せ盛りの意味を理解し各食材をバランス良く盛り付けていく。

ポイント

- ・塩釜の仕上がりを目安を見極め仕上げられるようにする。
- ・蛤は焼いてる間に出てくる水分を除き卵黄を数回に分けて焼き色良く仕上げていく。
- ・車海老は頭が黒くなってしまう為焦がさぬようしっかり中まで火を通していく。
- ・塩炒りの手法を学び銀杏に火を通し色良く仕上げていく。

教育到達点

- ・色が付きすぎてしまったり破損し易い塩釜は卵白との割合やオーブンの温度、焼成時間等目を離す事無く丁寧に作業を進めなくてはならない。一つ一つの行程を確実にに行い仕上げていく事が重要である。
- ・吹き寄せ盛は様々な食材をバランス良く置く事で表現する事が出来きこれまでに培った盛り付けの間隔を駆使し仕上げられるようにする。

評価の目安と方法

- ・塩と卵白の割合を知り生地の固さを知る事が出来る。
- ・破損させる事無く色よく塩釜を仕上げる事が出来た。
- ・各食材を適切な手順で仕上げバランス良く盛り付ける事が出来た。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート ・包丁 ・試食セット

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	秋の会席(5)蓋物 精進筑前煮 蓮根 里芋 人参 白滝 切り干し大根 隠元

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

- ・ 精進料理の歴史を知り調理を行う際の姿勢を改めて見つめ直し実践に臨むようにする。
- ・ 乾物野菜、根物野菜を煮含める際の適切な扱い方を知る。

ポイント

- ・ 根物野菜はそれぞれ火の通り易さ、灰汁の有無により切り出す大きさや形を変えていく必要がある為適切な切り出し方、大きさを考慮しながら調理を進めるようにする。
- ・ 乾物野菜(切り干し大根)は適切な戻し方を知る。戻した地は乾物野菜の旨味が出ている為必ず活用し調理する事を理解する。

教育到達点

- ・ 根物野菜は下茹で、含ませる際鍋に入れていく順番やタイミングを仕上がりなが揃うように入れていくように考慮しながら調理を行うようにする。
- ・ 乾物野菜はそれぞれに適切な戻し方がある為覚えていくようにする。
- ・ 旨味がたっぷりだ戻し地は必ず使用し調理を行うという事を理解する。

評価の目安と方法

- ・ 根物野菜はそれぞれ適切に切り出し火の通る時間を考慮し下茹でから仕上げまで行う事が出来る。
- ・ 乾物野菜を扱う際の戻し方、戻した地を調理に活用する一連の流れを理解出来た。

持ち物に関する注意事項

- ・ 実習ノート
- ・ 包丁
- ・ 試食セット

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	秋の会席料理(6)
	揚げ物 吹き寄せ野菜蓑揚げ
	公孫樹 木の葉芋 稲穂 卸し大根、生姜 美味出汁

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

- ・ 伝統的秋の揚げ物である蓑揚げの調理法を知り実践していく。
- ・ 料理による豆腐の適切な水抜き加減を学ぶ。
- ・ 木の葉に取る剥き物の技法を知り実践していく。

ポイント

- ・ 蓑虫の容を表現する素麺を丁寧に並べ揃え生地に纏わせるコツを理解し実践していく。
- ・ 包丁を適宜に入れ木の葉の形に近づけられるようにしていく。
- ・ 稲穂を揚げる際の油の適温を知る。

教育到達点

- ・ 様々な食材や調理法で蓑虫を表現していく中で最も繊細な作業が要求される素麺を用いた蓑揚げを実践していく。油の温度管理に加え高度な技術が求められるが今まで実習で培ってきた成果を充分に発揮し、彩良く仕上げられるよう努める。

評価の目安と方法

- ・ 豆腐を適切な固さに水抜きが行え生地を合わせる事が出来た。
- ・ 素麺を丁寧にまんべんなく生地に纏わす事が出来た。
- ・ 油の温度管理を徹底し彩り良く仕上げる事が出来た。

持ち物に関する注意事項

- ・ 実習ノート
- ・ 包丁
- ・ 試食セット

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	秋の会席料理(7)
	留皿 柿と湯葉の白和え 柿釜盛り
	柿 湯葉 軸三つ葉 石榴実

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

- ・ 秋の料理に於いて柿を使用する際、柿釜に料理を盛り付ける場面は多い。
- ・ 適切な包丁の入れ方、果肉を抜く加減を知り見た目に美しい柿釜を各々作成出来るようにする。

ポイント

- ・ 白和えに適した豆腐の固さを理解する。
- ・ 柿のへたが取れないよう切り出し、器として機能するよう果肉を取り過ぎない適切な加減を理解し柿釜を作成していく。

教育到達点

- ・ 使用する食材はシンプルではあるが柿の甘みや豆腐と合わさった際の風味、食感を感じさせる事が大前提である事を理解し調理に臨むようにする。

評価の目安と方法

- ・ 豆腐の応用調理、白和えに適した水抜き加減、固さを覚える事が出来た。
- ・ 柿を適切に果肉をくり抜き形よく釜に仕上げる事が出来た。
- ・ 柿の食感や風味を損なわない当りを付ける加減を知る事が出来た。

持ち物に関する注意事項

- ・ 実習ノート
- ・ 包丁
- ・ 試食セット

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	秋の会席料理(8) 食事 麦雑炊 龍甲飴 山葵

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

- ・押し麦を雑炊に仕立てる際の留意点を踏まえ仕上げられるようにする。
- ・併せて様々な応用調理法を学んでいく。

ポイント

- ・白米に比べ粘り気が少ない押し麦を雑炊に仕立てる際の下準備、適切な水の量の目安を学び実践していく。

教育到達点

- ・押し麦は白米に比べ栄養価が高く消化にも良い事が大きな特徴である。
- ・様々な料理を食した会席料理を締め括る食事の内容として温かい押し麦の雑炊を提供する事は相手を思いやる前途に挙げた精進料理の際に学んだ心構えの一つと言える事を理解する。

評価の目安と方法

- ・押し麦の歴史を知る事が出来た。
- ・適切に下準備をし水分量の目安を知り仕立てる事が出来る。
- ・鍋を当たらず火加減に常に気を使いながら仕上げる事が出来た。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート
- ・包丁
- ・試食セット

教育内容

献立

日本料理理論3・4

秋の会席料理(9)
和菓子 芋ようかん

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

- ・ 伝統的和菓子である芋羊羹。その調理法を知り実践していく。
- ・ 生地を二種作成し合せる技法を学ぶ。

ポイント

- ・ 裏漉しを適宜に扱い舌触りの良い生地に仕上がるように丁寧に芋を漉していく。
- ・ 流し缶に生地を入れる際、隙間なく高さを揃える為の最適な手法を学び実践していく。

教育到達点

- ・ 芋の生地を二種作成し二層に合わせる事により見た目の美しさを演出する事が出来る。
- ・ その為には、それぞれの生地の高さをしっかりそろえる事が重要になっていく。
- ・ 流し缶に入れた生地の高さを揃える技法を学び今後の応用に活かせるようにしていく。
- ・ 生地の間に入れた甘納豆の量により季節感を演出出来る事を学ぶ取る。

評価の目安と方法

- ・ 薩摩芋を丁寧に裏漉し舌触りの良い生地に仕上げる事が出来た。
- ・ 生地の高さを揃え流し缶にあげ見た目に美しく仕上げる事が出来た。

持ち物に関する注意事項

- ・ 実習ノート
- ・ 包丁
- ・ 試食セット

[illegible]

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	冬の会席料理(1)
	先付け 一、揚げ蕎麦蒸し とろろ掛け
	一、壬生菜と数の子のお浸し 糸賀木

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

- ・先付けを温かい料理で提供する際の効果、留意点を学び実習に臨む。
- ・各食材の適切な下処理法、調理法を知り実践していく。

ポイント

- ・蕎麦は湯掻いた物の水分をよく除き形を決め揚げていくようにする。
- ・京野菜である壬生菜の特徴をしり適切な調理法を学ぶ。
- ・数の子の下処理法、塩抜きを加減を知る。味の含め方を知る。

教育到達点

- ・前途でも挙げているように季節に合わせた料理を提供する事が日本料理の魅力の一つと言える。先付けの固定概念に囚われず温かい料理を仕立てる場合がある事を知る。
- ・その際は後に出す料理とのバランスを考慮し構成する事が大切である。

評価の目安と方法

- ・蕎麦を適宜な形に取り揚げる事が出来る。
- ・壬生菜の特徴を知り適切な調理法を知る事が出来た。
- ・数の子の塩抜き法を知り適切な加減を学ぶ事が出来た。
- ・彩り良く盛り付け仕上げる事が出来た。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート ・包丁 ・試食セット

日本料理理論

39

献立名

日本料理実習3・4

冬の会席料理1 先付け
揚げ蕎麦蒸し とろろ掛け

分量

5人分

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

材料・調味料

使用量

蕎麦

1束

長芋卸し

大匙5杯

山葵

少々

蕎麦の実

大匙3杯

合せ出汁

300cc

材料・調味料

使用量

盛付見本

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	冬の会席料理(2)
	お椀 酒粕仕立て
	塩鯨 五三竹 京人参 長葱 豆腐 柚子 粕汁

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

- ・酒粕をお椀に用いる際の適切な合わせ方を学び実践していく。
- ・塩鯨の下処理法、湯でこぼし方を覚え食感や味わいを損なわない調理法を学ぶ。

ポイント

- ・酒粕の香りや甘みを活かした調理法、当りの付け方を理解する。
- ・塩鯨の食感を感じられるよう適宜な大きさに切り出していく。

教育到達点

- ・四季の会席でそれぞれのお椀を学び時期や旬の食材を用い仕立てる様々な調理法を学んだ中で季節感を演出する方法を覚え今後の実習に活かせるようにしておくようにする。
- ・元々保存食として親しまれてきた塩鯨。基本的な下処理法を今回で覚え応用に繋がられるようにしていく。

評価の目安と方法

- ・酒粕を適切に合わせ甘み、香りが立つお椀に仕立てる事が出来た。
- ・塩鯨の特徴を知り適切な調理法を知る事が出来た。
- ・他の野菜との組み合わせの意味合いを理解し念頭に置き実習を行う事が出来た。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート
- ・包丁
- ・試食セット

[illegible]

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	冬の会席料理(3)
	刺身 平目 甘海老 墨烏賊 山葵菜 大根妻
	若布 棒山葵 加減醤油

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

- ・ 基本的衛生観念を持ち作業を進めていく。
- ・ 寒平目、甘海老、墨烏賊をお刺身に仕立てるまでの適切な手順を理解し実践出来る。

ポイント

- ・ 寒平目を卸す際の五枚卸しの適切な手順を覚え実践していく。
- ・ 烏賊は筒烏賊類と甲烏賊類に分類され卸し方が大きく異なる。墨烏賊の適切な扱い方を知り実践していく。
- ・ 三点盛りを行う際、器の大きさに対する基本的な間隔の取り方を知り実践していく。

教育到達点

- ・ 様々な盛り付け方、造り方がある中で魚種による最も適切な方法を知る事が重要である。
- ・ 盛り付け点数や器によりその都度対応していく必要がある。

評価の目安と方法

- ・ 水洗い作業、お刺身を引く作業、妻類の仕込みでそれぞれ使用器具、まな板、エリアを分け実習を進める事が出来る。
- ・ 寒平目は適切な手順で五枚卸しを実践し綺麗に皮引きを行う事が出来る。
- ・ 三点盛りを行う際、適切な間隔を考慮し彩り良く盛る付ける事が出来る。

持ち物に関する注意事項

- ・ 実習ノート
- ・ 包丁
- ・ 試食セット

[illegible]

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	冬の会席料理(4) 焼き八寸 鰯照り焼き 海老芋柚子味噌焼き 雪輪蓮根酢漬け

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

- ・ 大型の魚を扱う際の様々な留意点を学ぶ。鰯を切り身にするまでの調理手順を知る。
- ・ 品数、器の大きさによる焼き八寸の最適な盛り付け方、構成方法を知る。
- ・ 照りがしっかり乗った照り焼きを仕立てる調理法を学ぶ。
- ・ 海老芋の適切な切り出し方、下茹での方法を知る。

ポイント

- ・ 鰯の皮を引く際のすき引きの適切な手順を理解し実践出来るようにする。
- ・ 大型の鰯を均一に切り出す部位別の柵取り法を知り実践出来る。
- ・ 掛け焼きを行う際の手順を知る。
- ・ 海老芋はその形を活かした剥き方、切り出し方を意識し扱うようにしていく。

教育到達点

- ・ 鰯の切り身の形や状態による適切な串の打ち方を知り焼いていく。
- ・ 掛け焼きは次のタレを掛ける前の鰯の状態を見極める事が重要である。しっかり見るべき点を理解し照りが乗った物に仕立てられるようにしていく。
- ・ 京野菜の代表の一つである海老芋はその形が重要である為適切な切り出し方、下茹で方を学び煮崩れないよう慎重に扱う必要がある事を理解する。

評価の目安と方法

- ・ 鰯を切り身にするまでの調理手順を理解する事が出来た。
- ・ 掛け焼きの見極める点を意識し照りが乗った物に仕上げる事が出来る。
- ・ 海老芋を適切に剥き、切り出し崩す事無く仕上げる事が出来た。
- ・ 雪輪蓮根の作り方を知り実践する事が出来た。

持ち物に関する注意事項

- ・ 実習ノート
- ・ 包丁
- ・ 試食セット

[illegible]

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	冬の会席料理(5)
	煮物 鮫鰯肝と聖護院大根の餡掛け 菊菜 友地餡 芥子

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

- ・ 鮫鰯肝の生臭みを除く下処理法を学び実践していく。
- ・ 聖護院大根の適切な切り出し方、下茹で、含め方の調理法を知り実践していく。

ポイント

- ・ 鮫鰯肝の当て塩の加減、時間の目安を知る。
- ・ 聖護院大根の形を活かした切り出し方、煮崩れさせない調理法を知り実践出来るようにする。

教育到達点

- ・ 濃厚な鮫鰯肝と素材の甘みを活かし含めた聖護院大根を合せ煮物に仕立てた逸品。
- ・ 仕上がりのバランスを考慮しそれぞれを適切に調理していく事が重要である。

評価の目安と方法

- ・ 鮫鰯肝の生臭みをしっかり除き色良く仕上げる事が出来る。
- ・ 聖護院大根は適切に切り出し煮崩れさせる事無く仕上げる事ができる。
- ・ 鮫鰯肝との組み合わせを考慮し適切な加減で聖護院大根に当りを付ける事が出来る。

持ち物に関する注意事項

- ・ 実習ノート
- ・ 包丁
- ・ 試食セット

[illegible]

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	冬の会席料理(6) 揚げ物 甘鯛木の葉揚げ 慈姑 薩摩芋 青唐 卸し生姜 霰出汁

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

- ・甘鯛の特徴を知り適切な扱い方を学ぶ。
- ・甘鯛の味わいを活かし木の葉に見立てる揚げ物調理法を学び実践していく。

ポイント

- ・甘鯛の身は柔らかい為傷付けないよう丁寧に水洗い、切り出しを行っていく。
- ・油の温度管理を適切に行うようにする。

教育到達点

- ・日本料理において甘鯛の調理法は多岐に渡る。淡白で上品な味わいを活かす事が重要である。
- ・高価な甘鯛は鱈も料理に活用出来る。また種類も多く(赤、白、黄)値段や味わいも異なってくる為それぞれの特徴をよく理解し調理に当たるようにする。

評価の目安と方法

- ・甘鯛の身を傷付ける事無く水洗い、卸しの作業が出来る。
- ・甘鯛を揚げ物に仕立てる伝統的調理法を理解し実践出来る。
- ・油の温度管理を行い適温で揚げていく事が出来る。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート
- ・包丁
- ・試食セット

日本料理理論

44

献立名

日本料理実習3・4

冬の会席料理6 揚げ物
甘鯛木の葉揚げ
慈姑 薩摩芋 青唐 卸し生姜 霰出汁

分量

5人分

時間数

1回

3時間

授業の方法

実習

担当者名

実習課担当職員

材料・調味料

使用量

甘鯛小串

10切れ

乾燥湯葉 適量

適量

慈姑

5個

薩摩芋

1本

青唐

5本

卸し生姜

小匙3杯

霰出汁

350cc

材料・調味料

使用量

盛付見本

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	冬の会席料理(7)
	食事 蒸し寿司 煮穴子 乾瓢 椎茸 金糸玉子 紅刻み生姜
	留椀 清まし汁 朧昆布 ちぎり梅

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

- ・ 蒸し寿司に併せる各食材の下処理法、調理法を知り実践出来るようにする。
- ・ 食事に合わせた留椀の出汁の引き方、適切な当りの加減を知る。

ポイント

- ・ 穴子の裂き方の手順を知り実践する。適切に滑りを除き煮ていく調理法を覚えていく。
- ・ 乾瓢の戻し方、当りの付け方を知る。
- ・ 適切にお出汁を引く手順を再確認していく。

教育到達点

- ・ 基本的な穴子の卸し方を体得する。専門調理師実技試験「穴子の八幡巻き」の課題になっている事からも日本料理に於いて重要な技術であると言える。
- ・ 留椀は味噌仕立てに限らず何事にも主となる料理に最適な組み合わせを考慮し献立を作成していく事を心掛けるようにする。

評価の目安と方法

- ・ 穴子を適切な手順で卸していく事が出来る。滑りを除き煮ていく事が出来る。
- ・ 乾瓢の下処理法を理解し煮上げていく事が出来る。
- ・ 食事に合わせる留椀を考慮し適切な加減で当りを付ける事が出来る。

持ち物に関する注意事項

- ・ 実習ノート
- ・ 包丁
- ・ 試食セット

[illegible]

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	冬の会席料理(8)
	甘味 田舎汁粉 粟麭 塩昆布
	粟麭 安倍川絡み

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

- ・コース料理を締め括るに相応しい適切な当りの甘味を仕立てていく。
- ・適切な小豆の状態を見極め仕上げられるようにしていく。

ポイント

- ・粟麭の焼き方、適切な焼き加減を知り実践出来るようにする。
- ・小豆は鍋に当たり易い為常に鍋底を掻きながら煮詰めていくようにする。
- ・きな粉の下処理法、粟麭に纏わせる適切な方法を知り実践出来るようにする。

教育到達点

- ・和菓子に必要不可欠な餡子、小豆の浸水から始まり仕上がりまで大変な時間と手間を要する。
- ・製造方法を合せて知り、目的の品により固さや砂糖の量を調節し仕上げていく事を学ぶ取る。

評価の目安と方法

- ・小豆を適切に煮詰め鍋に当てる事無く適宜な固さに仕上げる事が出来る。
- ・きな粉の原料、製造方法を併せて知り適切に下処理し粟麭に纏わせる事が出来る。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート
- ・包丁
- ・試食セット

[illegible]

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	お節料理の下準備 ・祝い肴三種の下準備 ・重詰めの主な料理の下準備 ・京雑煮の下準備

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

- ・お節料理も本来は正月にやって来るトシの神(米作りの神)へのお供え物であって家族揃って食べるという事は、トシの神と一緒に新年の食事をするという意味のものである。
- ・雑煮も同じことで、作り方は地方によって違うが、必ず餅を入れるのはトシの神へのお供え餅をおろして食べるという発想から来ている。
- ・このようにお節に限らず、正月の一連の行事は一年の始まりの行事とし農耕民族である日本人にとって大変意味深いものである事を学ぶ必要がある。
- ・東西にみる祝い肴の違いや、重箱に盛りつける方法など様々な角度からお節料理について理解を深め、実践していく。
- ・黒豆の戻し方を実践し、蜜煮の技法を学ぶ。
- ・田作りの作り方と意味合いを勉強する。
- ・叩き牛蒡の作り方と意味合いを勉強する。
- ・東西にみる雑煮の仕立て方の違いを学ぶ。

ポイント

- ・東西に見る三種肴の違いや、雑煮などの謂れをしっかりと理解しお節料理を学ぶ心構えとする。
- ・また、全国それぞれの違うお節料理として伝承されてきたのかを知る事により郷土料理との繋がりも理解出来るはずである。
- ・関西、関東それぞれの文化や風習を理解し、祝い肴と雑煮を仕立てる。
- ・黒豆は戻すのに時間が掛かる素材である。基本の戻し方、茹で方、蜜煮の技法まで細かく学ぶ。
- ・東西の雑煮の違いは、丸餅と角餅、澄ましと味噌の仕立て方など様々である。

教育到達点

- ・日本人は古来より農耕民族であるが故に一年の一番最初の行事として行ってきたかお節料理を作る意味合いが理解されているかが大事である。
- ・祝い肴三種をを学び、意味合いや調理法が理解できる。
- ・黒豆の戻し方、蜜煮の仕方を実践し、意味合いと共に理解する。
- ・田作りの作り方と意味合いを理解する。
- ・叩き牛蒡の作り方と意味合いを理解する。
- ・東西の雑煮の仕立て方と意味合いを理解する。

評価の目安と方法

- ・実習を通じて、また実習ノートによる評価とする。
- ・祝い肴三種が理解でき、その意味合いと共に実践出来る。
- ・雑煮の仕立て方を実践し、切り出しや盛り付けの細部まで指導する。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート ・包丁 ・試食セット

教育内容

献立

日本料理理論3・4

お節料理と祝い三種肴

・三種肴とお節料理の作り方 黒豆 数の子 ごまめまたは叩き牛蒡(結び牛蒡)
 ・お重詰めの主な料理 京雑煮 白味噌仕立て

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

- ・とりわけ正月料理にはお目出たい意味が込められているので、献立名をしっかりと理解した中で実習に入る必要がある。また、1品が出来上がる迄の時間の配分や細かい調理動作が必要になるので、手順に沿った確実な作り方を学ぶ。
- ・白味噌仕立ての雑煮に於いては中身の必要性や、謂れと共に出汁の引き方や味噌仕立てのタイミングを勉強する事が大事である。
- ・前回に続いてのお節料理の実習である。数あるお節料理の中から一部を抜粋し、実践していく。
- ・素材の見極め、保管法、保存法における注意点など将来必ず必要になる知識を理解する。

ポイント

- ・正月、三ヶ日間持つ為の確実な調理技術が要求されるので、とりわけ煮物類の技法をしっかりと学ぶ。
- ・盛り付ける重箱の大きさ、高さを考慮し材料の切り出す大きさを決めていく。
- ・一定期間保存が可能になる当りの付け方(仕込み方)を学び実践していく。

教育到達点

- ・お節料理には乾物類が多く使われるので下処理としての戻し方が理解出来るようになる事が先決。
- ・基本のお節料理の心得を理解し、実習内容を適正に実践する。
- ・お節料理の謂れや意味合いを理解出来る。
- ・切り出しや下処理が適正に衛生的に行える。

評価の目安と方法

- ・実習ノートによる評価とする。
- ・各料理の完成形を見据え材料の切り出し、煮含める事が出来ている。
- ・一定期間料理を保つ為の当りの付け方、仕舞い方を学び実行できている。
- ・常に衛生的に冷蔵庫を整頓しながら料理を仕舞う事が出来ている。

持ち物に関する注意事項

・実習ノート ・包丁 ・試食セット

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	お節料理の盛り方 京雑煮の作り方と盛り方

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

- ・お節料理は三の重を基本として後の一段(与の段)は控え重となる。
- ・上から一の重、二の重、三の重として重ね、持ち出しは三段重にする。
- ・一の重には祝い肴三種を中心に華やかな物を盛り付ける。
- ・二の重には焼物を中心にボリュームのある料理や酢の物、伊達巻や金団等の甘いもの。
- ・三の重には根菜類を使った煮物を中心に詰める。
- ・また、詰め方の方法は色々あるが全ての重の基本は平に盛る事や隙間を空けない盛り方が大事である。
- ・二十品以上あるお節料理を重箱、折敷に盛り付ける際の様々な留意点を学び各々で盛り付けを実践していく。
- ・お雑煮は関東と京料理の材料の切り出し方、地の当りの付け方の違いを学んでいく。

ポイント

- ・盛り付ける前にそれぞれの一品の大きさを考え、盛りにくい物から盛り付け柔軟性のあるもので最終の詰め方になるような工夫が大事。
- ・白味噌仕立ての雑煮にあっては、餅の柔らかさを如何に維持させられるか味噌の煮えばなを如何に、香り高くお椀の中に閉じ込められるかが大事である。
- ・お節料理の場合は特に重箱に盛り付ける関係上、素材の大きさ、高さ、バランスや配色(右紅左白、金銀)、三種肴の配置等様々な観点を考慮しなければならない。
- ・また、重箱に盛り付ける際、関東と京料理の空間の取り方の違いや意味合いを理解する。

教育到達点

- ・基本通りの盛り付けが出来、それぞれの品の色が染まらないように詰められているかが大事である。
- ・白味噌仕立ての雑煮の盛り付けがデモ通りになっているか。
- ・日本料理を志すに当りお節料理の仕込み方、盛り付け方を知る事は必須である。
- ・各料理の謂れや歴史、地域により当りの付け方、三種肴の違い等知識を予め入れた後調理を行う事が重要である。
- ・適切な切り出し、長期保存をする為の当りの付け方、仕舞い方等を実践し配色、空間を意識しながら盛り付けていかなければならない高度な知識と技術が求められる。
- ・今まで講義、実習で習った事柄を最大限活用し完成させて頂きたい。

評価の目安と方法

- ・実習による盛り付けでの評価とする。
- ・盛り付ける器の大きさを考慮し切り出し、配色、空間を意識し盛り付ける事が出来る。
- ・三種肴の配置が最も重要でありそれらを中心に盛り付ける事が出来る。
- ・お雑煮は関東(清まし仕立て/角餅)京料理(白味噌仕立て/丸餅)の違いを知る事が出来た。
- ・お雑煮の材料の切り出し方からそれぞれの意味合いを理解する事が出来る。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート
- ・包丁
- ・試食セット
- ・焼き台

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	冬の特殊会席 伝承郷土料理 ・鍋入り会席 真鱈を使って
	・先付け 菊子酒蒸し ・造り 真鱈昆布締め ・鍋料理 真鱈雲鍋
	・食事 雲ぞうすい ・漬物 長芋林檎漬け

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

- ・長年に亘り、郷土の素材を用いて地元の人々の吟味を繰り返しながら守られ今日に伝わる郷土料理がある。しかしながら、いずれ時代の流れと環境破壊の中で失われつつある郷土の食文化を学びユネスコ無形文化遺産登録の意味合いと共に日本料理の根底を学ぶ必要がある。
- ・真鱈雲鍋の歴史、現在まで吟味されてきた変遷を学び実習に臨む。
- ・鍋物を組み込む際のコース料理の構成方法、留意点を学ぶ。

ポイント

- ・厳冬の津軽は野菜類と共に魚介類の宝庫。郷土に根差した自慢の素材と無駄の無い調理法や歴史を勉強する。
- ・大型の魚介である真鱈の適切な水洗い法、卸し方を学ぶ。鍋で食する際の切り出し方を実践する。
- ・菊子、肝部分の下処理方、調理法を学び実践する。
- ・ザクの適切な盛り付け方を学び実践する。

教育到達点

- ・真鱈の無駄の無い調理法を学び、単に郷土料理では終わらせない伝承料理の力を知る事が大事である。
- ・真鱈は冬に使用する事の多い広く親しまれている食材である。また、頭部が大きく歩留まりが悪い為、身はもちろん、菊子、肝、アラ等各部位を様々な料理に取り入れられる知識や調理技術が必要である。
- ・鍋物を主に据える際のコース料理の構成方法、ポイントを学び提供方法の幅を広げていく。

評価の目安と方法

- ・実習を通じて確認する。
- ・真鱈の特徴、扱い方を知り鍋に仕立てる際の適切な切り出しを実践出来る。
- ・各部位の様々な活用法を知り応用に繋がられるようにしていく。
- ・郷土料理に於ける真鱈雲鍋の仕立て方を覚え実践出来ている。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート ・包丁 ・試食セット

日本料理理論

50

献立名

日本料理実習3・4

冬の特例会席 伝承郷土料理
鍋入り会席・真鱈を使って

・先付け 菊子酒蒸し ・造り 真鱈昆布締め ・鍋料理 真鱈雲鍋
・食事 雲ぞうすい ・漬物 長芋林檎漬け

分量

5人分

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

材料・調味料

使用量

真鱈

半身

鱈白子

1/4腹

大葉

5枚

紅葉卸し

小匙2

浅葱

大匙3

卵

2個

長葱

1本

出汁昆布 20cm

2枚

白菜

1/4本

榎茸

1pc

芹

1束

豆腐

1丁

白飯

5杯

長芋

1本

林檎

2個

材料・調味料

使用量

盛付見本

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	河豚料理 虎河豚を使って ・ 虎河豚のさばき方 ・ 薄造り用の整え方 ・ ちり鍋の仕立て方 ・ 竜田揚げの作り方

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

- ・ ぷっと膨らみ、おちょぼ口のふぐ。姿はユーモラスだが体内に猛毒を持つ危険な魚でもある。だからこそプロの料理人の腕と知識が必要とされる。
- ・ 身質の固いふぐを、日本料理が誇る包丁技術で薄く、しかも歯ごたえのある淡い旨味を伴った独特の刺身に仕上げる技術やふぐ料理の数々を学ぶ。
- ・ また、特殊魚で危険を伴う為に国家検定試験を通してふぐ調理師免許制度があり試験に沿ったふぐの扱いも学んでいく。
- ・ 河豚を実際の試験に準じた方法で卸して見せる。部位別の有毒、無毒の分け方を見せる。
- ・ 刺身(薄造り)を引く際、器に盛る際の留意点を知り実践する。
- ・ ちり材の揃え方と鍋の仕立て方を理解する。
- ・ 竜田揚げの下味の付け方、衣の仕立て方を学び実践する。

ポイント

- ・ 徹底した取り扱い(水洗い、除毒法、毒部分の管理)を学び、美味の極致と称賛される薄造りを中心に衛生観念を更に高めて学ぶ。
- ・ 河豚の扱い方を学び、部位別の準備を実践する。
- ・ 身欠河豚の形状を理解し、有毒部位の残りやすい場所を把握しておろす事。
- ・ 刺身(薄造り)を引く際の身の厚さ、幅を揃え耳を立て綺麗に見せる盛り付け法を実践する。
- ・ ちり材料の適切な盛り付け方を学ぶ。

教育到達点

- ・ 徹底した取り扱いと部位別の毒部分の見分け方や管理が出来る事。
- ・ 体内に猛毒を持つ魚である事の認識に立った中で調理作業が出来る事。
- ・ 身欠河豚の取り扱いを学び、衛生的な作業を心掛ける。
- ・ 刺身(薄造り)を行う際の基本的所作を身に付ける。
- ・ ちり材を食べやすい大きさに揃え、綺麗に盛り付ける。
- ・ 皮、鰭部分等の無駄を出さない各部位の様々な活用法を知る。(煮凝り、鰯酒等)

評価の目安と方法

- ・ 実習を通じて確認。併せて実習ノートの確認。
- ・ 有毒部位、廃棄する部位を正確に覚え、衛生的な調理が出来る。
- ・ 薄さ、厚さ等大きさを揃え綺麗に薄造りを盛り付け基本的所作を身に付ける事が出来る。
- ・ ちり材の包丁の仕方を統一し、丁寧に盛り付けが出来る。
- ・ 下味の付け方、衣の整え方を知り竜田揚げを仕上げる事が出来る。
- ・ 各部位の様々な活用法を学ぶ事が出来た。

持ち物に関する注意事項

- ・ 実習ノート ・ 包丁 ・ 試食セット
- ・ 和布巾 ・ まな簗 ・ 天鍋

日本料理理論

51

献立名

日本料理実習3・4

河豚料理 虎河豚を使って

一、虎河豚のさばき方 二、薄造りの整え方
三、ちり鍋の仕立て方 四、竜田揚げの作り方

分量

5人分

時間数

1回

3時間

授業の方法

実習

担当者名

実習課担当職員

材料・調味料

使用量

虎河豚

1本

身欠き虎河豚

1本

浅葱

1束

紅葉卸し

小匙5

白菜

1/2本

長葱

1本

椎茸

5枚

春菊

1/2pc

青唐

10本

ポン酢

900cc

材料・調味料

使用量

盛付見本

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	冬の京料理 伝統の逸品 ・京の根物野菜の葛焼き ・蕪蒸し ・あん掛けうどん

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

- ・霜を被って殊更に旨味を増すと言われる京の伝統野菜。各野菜の選別の仕方、切り方、湯搔き方等を学習すると共に、冬になればこそその味わいとなる調理法を学ぶ。
- ・また、京の伝統料理の筆頭とも言うべき蕪蒸のこだわりの技術や、餡掛けうどんにみる京の庶民が作り上げたおばんざいの歴史も勉強する。
- ・冬の時期の出回る様々な根物京野菜を知り葛焼きの仕立て方を学び実践していく。
- ・甘鯛を使用した代表料理である蕪蒸しの適切な仕立て方を学び実践していく。
- ・高級食材である甘鯛は身の部分だけでなく頭、骨、鱗部分等の活用法を学ぶ。

ポイント

- ・葛焼きに適した各野菜の切り方や、聖護院蕪を用いて仕上げるまでの行程や餡掛けうどんに対するこだわり等、伝統料理が持つ力強さの意味合いを実習を通じて勉強する。
- ・掘川牛蒡、京人参、聖護院蕪、九条葱の発祥の歴史、出回る時期、特徴等京野菜についての知識を深め、適切な使用法、様々な料理への活用法を学ぶ。
- ・甘鯛の水洗い法、適切な卸し方を学ぶ。アラ部分の活用法を学ぶ。
- ・聖護院蕪を卸し水分を絞る際の水分量の目安を知り水っぽくならぬよう適切な固さに合わせられるようにする。

教育到達点

- ・各野菜の切り方や蕪蒸の際の卸し蕪の水切り具合等を理解する事が大事である。
- ・焼き崩れない事や絞り具合等、料理の出来具合を左右する部分であることを理解する。
- ・蕪蒸は蒸し器でしっかり中まで火を通しつつ生地はふっくらとした感触が残るようメレンゲの立て具合、卸し蕪との分量、合わせ方等生地が萎まぬよう仕上げられるようにする事が重要である。一つ一つの行程を丁寧に確かめながら調理を行う。
- ・上品な甘鯛の味わいや香りを損なわない下処理法を覚え実践していく。

評価の目安と方法

- ・実習に於ける評価と実習ノートをチェックする。
- ・各京野菜を適切に切り出しそれぞれの固さを考慮しながら火に掛け仕上がりのタイミングに合せ全ての野菜に火が通るようにする事が出来る。
- ・甘鯛を適切に扱い綺麗に卸す事が出来る。
- ・蕪蒸の生地は仕上がりかふっくらあがるよう適切な固さに合わせる事が出来る。
- ・各野菜の下処理を適切に行い彩りよく仕込む事が出来る。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート ・包丁 ・試食セット
- ・蒸し器 ・フライパン

[illegible]

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	・冬の精進料理 寺院料理 ・主食 さつまいもご飯 ・主菜 のっぺい汁 ・副菜 とろろ磯辺揚げ ・副菜 小松菜、板麩、素浸し ・蕪千枚漬け

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

- ・日本料理に於ける精進料理の分野ほど、限られた食材と約束事の中で作られる料理はなく、また魚介類や肉類のように動物性の出汁を引き出す事とは違い植物性の素材から出汁を引き味付けに結び付ける工程までたどり着く事にはかなりの熟練が必要とされている。
- ・今回の実習に於いては以前に実習した精進出汁の引き方や、野菜乾物類の戻し方の応用として、精進料理に於ける一汁三菜を実習し改めて基本の反復とする。
- ・薩摩芋の鮮やかな黄色を引き立てる見た目に美しい主食の仕立て方を学び実践していく。
- ・野菜類と昆布出汁の旨味で整えるのっぺい汁の仕立て方を学び実践する。
- ・冬に見る様々な精進料理を学ぶ。

ポイント

- ・中国より伝わった精進料理は寺院に受け継がれ、やがて各宗派により独自の寺院料理となって行くのが一般的である。
- ・実習に於いては寺院の精進料理として、食材にこだわりを持たせつつ栄養面を考慮しバランスの取れた献立として受け継がれてきた歴史も含め学ぶ意味は大きい。
- ・薩摩芋の旨味、形を損なわない御飯の炊き方を知り実践していく。
- ・のっぺい汁は野菜類の無駄、廃棄部分を出さない切り出し方、またその活用法を学ぶ。
- ・卸し大和芋を揚げる際の適温を知り温度管理に留意しながら調理を進めていく。
- ・千枚蕪は全て同じ薄さに揃え仕込んでいく。適切な薄さを知る。

教育到達点

- ・一般社会で商品として販売されている料理との違いが分かるようになる事。
- ・素材の持ち味を引き出す事が精進料理の基本である事を実習を通じて学ぶ。
- ・日本料理の原点である精進料理、冬に仕立てる様々な料理を知り抜粋した献立を作成していく。
- ・野菜類、昆布、木干し出汁等で旨味を引き出し整えていく基本的伝統調理法を学び様々な食材、料理に応用出来るようにしていく。

評価の目安と方法

- ・実習ノートにより評価とする。
- ・薩摩芋の甘み、旨味を引き出し、形を崩さずご飯を仕上げる事が出来る。
- ・野菜類、昆布出汁の旨味を合わせ当りを整える事が出来る。
- ・乾物類の戻し方、出汁の活用法を知る事が出来た。
- ・冬に仕立てる様々な精進料理の献立を知る事が出来た。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート ・包丁 ・試食セット
- ・文化鍋

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	初春の逸品料理 京料理 ・ 浸し豆五色漬け ・ 真鯛日の出椀 ・ 京寿司

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

- ・ お節料理にも見慣れてきた松明の頃の献立としての実習。
- ・ 季節は初春であるが為に、おめでたい時期として、五色漬けや真鯛を用いた日の出椀と共に、初春の棒鯖寿司の作り方と共に京都に伝わる
- ・ 押し寿司の歴史を学ぶ。
- ・ 浸し豆(青大豆)の特徴、扱い方を知り様々な適性料理を学ぶ。
- ・ 日の出椀に於ける野菜類の適切な切り出し方、盛り付け方を知り実践していく。
- ・ 京料理に使用される各食材の仕込み方を学び実践していく。

ポイント

- ・ 料理の食材が春に切り替わる直前でもある。走りの食材を使う事により冬の食材に名残を残した料理を心掛ける必要が大事である事を実習を通じて学ぶ。
- ・ 青大豆の戻し方から当りの含め方、豆の形を損なわない炊き方を知り丁寧に調理していく。
- ・ 盛り付けるお椀の大きさに対し適切な大きさ、切り出しで野菜類を仕込んでいく。
- ・ 円形に京人参、大根を取る際の適切な部位を知る。京人参の模様(筋)にも留意する。
- ・ 京寿司に使用される各食材の適切な仕込み方、当りの付け方を知る。彩り良く仕上げる。

教育到達点

- ・ とりわけ、冬の根物野菜に別れをして、山菜や葉物に移動する時期でもあるので名残に春の走り食材をしのばせる意味合いの大切さを勉強する。
- ・ 豆類の仕込みはお節料理の黒豆の際も同様、食感が固く残ってしまう、味が中心まで入っていない豆の形が潰れる、皮が剥ける、皺が寄る等戻す作業から適切な手順を踏まなければ失敗してしまう難易度の高い食材である。扱い方の基本をしっかりと学び品目に応じ適切に仕込んでいけるようにする事が重要である。
- ・ 京寿司の歴史、現在まで吟味されてきた変遷を理解し実習に臨むようにする。また江戸前寿司との違いを学んでいく。

評価の目安と方法

- ・ 実習を通じての評価と併せ実習ノートをチェックする。
- ・ 浸し豆(青豆)の適切な扱い方、調理法を理解し粒の形を崩さず当りを入れ仕上げる事が出来る。
- ・ 鯛、各野菜類を適切な大きさ、形に仕込み盛り付ける事が出来る。
- ・ 京寿司に使用する魚介類を適切に仕込み彩り良く盛り付ける事が出来る。

持ち物に関する注意事項

- ・ 実習ノート ・ 包丁 ・ 試食セット

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	2年実習回顧 季節の和菓子 ・水無月 ・蒸し羊羹 ・梅羊羹

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

- ・ 年間の献立にあるコース料理に満遍なく取り入れる事が出来なかった和菓子を実習する。
- ・ 和菓子としての名前より会席料理の一品として使用されてきたが改めて日本料理に於けるべきの大事な部分として和菓子専門店で於ける個々の作り方とは異なる会席料理の和菓子として実習を行う。
- ・ 季節毎の伝統的甘味の作成法を学ぶ。
- ・ それぞれの持つ歴史、現在までの変遷を学習する。
- ・ 使用する食材や各和菓子の謂れ、込められている意味合いを学習し実習に臨む。

ポイント

- ・ 和菓子の名前は日本料理の献立上にとって、大いに被る部分として大変参考になる部分である。
- ・ 季節を表現する「さりげなさ」が和菓子にある事を学ぶ。
- ・ 寄せ物は生地の高さや量に対する凝固剤(寒天等)の適切な量、溶かし方を知りしっかり固められるようにする。
- ・ 小豆から餡子(つぶ/漉し)の精製法を学ぶ。砂糖との配合を知る。

教育到達点

- ・ 日頃の和菓子以外の使い方と、和菓子の食材としての使い方を実習し会席料理に組み込む事を学ぶ。
- ・ 伝統的和菓子の作成法を学び併せて餡子の様々な扱い方を知る。
- ・ 練餡、羊羹生地、水無月の天等、用途は多岐に渡り目的により自在に使い分けられるよう学習し体得出来るようにしていく。
- ・ コース料理の一品が単品かにより甘みを加減しなければならない。基本的な作成法を学び提供される場面を考慮し仕上げられるようにしていく事が重要である。

評価の目安と方法

- ・ 実習を通じての評価と実習ノートのチェック。
- ・ 羊羹生地を適切に寄せ、固める事が出来る。
- ・ 餡子の基本的扱い方を知り様々な用途を知る事が出来る。

持ち物に関する注意事項

- ・ 実習ノート ・ 包丁 ・ 試食セット
- ・ 蒸し器

教育内容	
献立	
日本料理理論3・4	2年実習回顧 粥 春夏秋冬 ・春 山菜粥 ・夏 蓴菜粥 ・里芋粥 ・金柑粥

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

- ・ 年間の献立にあるコース料理に満遍なく取り入れる事が出来なかった粥を実習する。
- ・ 日本料理に於ける食事やお凌ぎとして、御飯の炊き方を個々のコース料理に於いて組み入れてきた。
- ・ 改めて米だけを主とした白粥の応用編として、特に精進料理にみる粥の作り方を実習する。
- ・ 粥の基本的調理法を学び食材の違いによる水分量、当りの付け方の違いを理解する。
- ・ 粥に合わせる事を踏まえ各食材の下処理、仕込みを適切に行う。

ポイント

- ・ 基本に返り、米の洗浄、浸水、炊飯を行うと共に、献立に記された春夏秋冬の代表とも言うべき四種類の精進粥の実習を行う。
- ・ 米の量に対する適切な水分量、仕上がりの目安を知り実践していく。
- ・ 米の状態を見極め火加減を調節しながら鍋に当たらないよう留意しながら作業を行う。

教育到達点

- ・ 粥を仕上げる迄のそれぞれの違う注意点を細かに記入、記憶とし米炊きの原点として確実に実習が出来るようにする。
- ・ 精進料理に見る粥は旬食材を用い季節感を出す事が出来る。更に地域毎のご当地食材や野菜の切れ端を活用する事で食品ロスや原価を抑える事も出来る料理である。
- ・ これまでの実習で心得てきた旬食材の活用法、無駄を出さない食材、魚介のアラ部分の活用法等に繋げていき適切な仕立て方を体得していく事が重要である。

評価の目安と方法

- ・ 実習を通じての評価と実習ノートチェック。
- ・ 粥の基本的調理法に併せ様々な種類の粥料理を知る事が出来た。
- ・ 仕上がりの適切な水分量を知りそれぞれの粥を完成させる事が出来た。
- ・ 粥に合わせる各食材の下処理、仕込みが出来る。また粥に合せる為の食材の仕込み方を理解出来た。

持ち物に関する注意事項

- ・ 実習ノート ・ 包丁 ・ 試食セット

日本料理理論

56

献立名

日本料理実習3・4

2年実習回顧 粥 春夏秋冬

・春、山菜粥 ・夏、蓴菜粥
・秋、里芋粥 ・冬、金柑粥

分量

5人分

時間数

1回

3時間

授業の方法

実習

担当者名

実習課担当職員

材料・調味料

使用量

蔕の薑

3個

山独活

1/2本

こごみ

5個

蕨

5本

たらの芽

5本

蓴菜

250g

里芋

10個

金柑蜜煮

10個

昆布出汁

適量

洗い米

1升2合

吉野葛

適量

材料・調味料

使用量

盛付見本

目的

- ・2年間の集大成として、クラステーマを決めた後、テーマにそった内容を班ごとに考えて、展示の仕方や背景を含めたディスプレイ、献立の作成、発注までを打ち合わせる。

ポイント

- ・一週間の流れ、段取りを班員で打ち合わせし、週末の展示に間に合わせるよう取り組む。

教育到達点

- ・各班のテーマを各自が把握し、理解すること。
- ・自分の仕事内容を実践し、クラス全員で卒業作品を完成させる。

評価の目安と方法

- ・卒業作品展の作成ノートの提出。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート

日本料理実習

57-65

教育内容

献立

日本料理実習3・4

卒業作品製作

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

- ・2年間の実習で学んだ五法（生・煮・焼・揚・蒸）や、五色（白・黒・黄・赤・青（緑））などを考慮し、背景を含めた料理の盛り付け、展示を行う。

ポイント

- ・実習を行う際、曜日ごとの段取り、打ち合わせを行い、根菜類の仕込みや甘味等を先に仕込み、中ごろから前菜、焼物、御吸物の椀種などを準備する。最終は刺身や盛り付けをしていく。

教育到達点

- ・各班のテーマを各自が把握し、理解すること。
- ・自分の仕事内容を実践し、クラス全員で卒業作品を完成させる。

評価の目安と方法

- ・テーマにそった卒業作品の作成。
- ・終了時の職員による評価。

持ち物に関する注意事項

- ・実習ノート、包丁

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			日本料理	

授業の方法			教育目標	
講義・実習			賞味会を頂点とする、サービス、料理の提供の仕方や、調理、接客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。	
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）
○	高山 佳三	ホテル及び日本料理店料理長を歴任。
	林 卓真	ホテルにて調理業務に従事。
	岡谷 康佑	ホテルにて調理業務に従事。
	岡田 聡一郎	ホテルにて調理業務に従事。
	飯田 琴乃	ホテルにて調理業務に従事。
補助教員		
眞田 美樹		

教育手法			
1回	賞味会趣旨説明・献立について・原価・発注について	9回	前菜
2回	食事環境・飲み物について	10回	お椀／刺身
3回	食事環境・接客	11回	焼物／食事
4回	シミュレーション	12回	煮物／甘味
5回	サービス確認	13回	仕込み
6回	サービス確認・練習	14回	賞味会
7回	賞味会	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	出席状況及び献立作成、調理、接客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。
----------	---

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する。
- ・お客様に合わせた献立作り。
- ・値段と色彩バランスを考えた献立作り。

ポイント

- ・食と人とを繋ぐ架け橋として、食の安全、食文化の継承の役割を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、手順を考える。

教育到達点

- ・専攻別総合調理実習の目的、目標を理解させる。
- ・各班ごとに趣旨を理解し、話し合いをする。

評価の目安と方法

- ・献立の立て方、発注の仕方の注意点を記録する。
- ・進捗状況を記入し、確認する。

持ち物に関する注意事項

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

- ・ 食事環境を構成する要素を学ぶ。
- ・ 料理と飲み物の理解を深める。

ポイント

- ・ 身だしなみ、エチケット。
- ・ 日本料理のマナーを理解する。
- ・ 室内をチェックする。(しつらえ)
- ・ 食卓上のセッティングの仕方を理解する。
- ・ 食事をする時の飲み物の種類を理解する。

教育到達点

- ・ お客様に接してサービスを提供することの確認
- ・ 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。
- ・ 基本的なセッティングを把握する。

評価の目安と方法

- ・ 講義内容を記録する。
- ・ 必要な器や備品、手順を理解し記録する。

持ち物に関する注意事項

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

- ・食事空間を構成する要素を学ぶ。
- ・接客業務の一連の流れを理解する。

ポイント

- ・物質的なサービス（料理・メニュー）知識的なメニュー（料理・お酒・食事）技術的なメニュー（器の持ち方・運び方・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。
- ・食卓上のセッティングを実践する。
- ・器の出し、下げの実践練習。
- ・お客様の迎え入れの仕方。

教育到達点

- ・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必要なことを確認する。

評価の目安と方法

- ・サービスの仕方を実践する。
- ・接客の業務内容を記録する。

持ち物に関する注意事項

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

- ・接客業務の一連の流れを実践練習で繰り返し行う。

ポイント

- ・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必要なことを確認する。
- ・お迎え、案内、配膳、料理の運び方を連続して行う。
- ・料理の運び方、接客、送り出しを連続して行う。

教育到達点

- ・各自の役割分担を理解する。

評価の目安と方法

- ・接客業務の内容を確認し、実際に行う。

持ち物に関する注意事項

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

- ・基本ルール、日本料理のマナーの確認。

ポイント

- ・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必要なことを確認する。
- ・料理を提供する手順の確認。
- ・仕事動線の確認。

教育到達点

- ・各担当ごとの役割を確認し、他の担当者と連携が取れるよう打ち合わせを行う。
- ・一連の流れを確認する。

評価の目安と方法

- ・各担当ごとの役割を確認し、他の担当と連携がとれるよう記録したことを共有し、発表する。

持ち物に関する注意事項

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

- ・ 器、カトラリーについて理解をする。
- ・ 接客について理解する。
- ・ 接客業務の一連の流れを理解する。

ポイント

- ・ 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必要なことを確認する。
- ・ 決定した料理に合わせた器などの確認。
- ・ お迎え、案内、配膳、料理の運び方、接客、送り出しまでの手順を確認する。

教育到達点

- ・ 調理担当と情報を共有し、共通の認識にする。
- ・ 全員で仕事内容を確認する。

評価の目安と方法

- ・ 必要な器具を記録し理解する。
- ・ 接客業務の手順を記録する。

持ち物に関する注意事項

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

- ・お客様の出迎えの準備を実践する。
- ・お客様の出迎えから見送りまでの準備をする。

ポイント

- ・会場の準備を実践する。
- ・使用する器などの準備を実践する。
- ・卓上のセッティングを実践する。

教育到達点

- ・時間内に準備を終わらせる。

評価の目安と方法

- ・使用器具一式の確認を行う。
- ・準備した箇所、使用器具、器の点検をし、不備がない状態にする。

持ち物に関する注意事項

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

- ・ お客様の出迎への準備を実践する。
- ・ お客様の出迎えから見送りまでの実践する。

ポイント

- ・ 実際にお客様を接客、接遇する。
- ・ お客様の迎え入れを実践する。
- ・ お客様に料理を提供する。

教育到達点

- ・ 賞味会を時間通りにスタートさせる。
- ・ お客様のペースに合わせて料理の提供をする。

評価の目安と方法

- ・ 開始時間にお客様の案内を開始できる。
- ・ 事故なく業務を行い、お客様をお見送りする。

持ち物に関する注意事項

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

- ・材料の確認、段取り。
- ・前菜の内容を理解する。

ポイント

- ・前菜は料理の初めに出すもので、次の料理に期待を持たせる内容。
- ・味付けの濃いものや、香りの強いものはなるべく避ける。
- ・色合い、味のバランスなどを考え、一口大の物を美しく盛り付ける。
- ・使用する食材の確認、配膳。
- ・調理作業の段取りと打ち合わせ。
- ・見本通りの盛り付け方の確認。

教育到達点

- ・献立に書かれた食材を把握することで、食材の鮮度や価値観を知る。
- ・調理作業の段取りを考え、班での打ち合わせをする。
- ・計画した調理作業を衛生的に行う。
- ・材料の切り出しが整っている。

評価の目安と方法

- ・調理工程を班員全員で把握する。
- ・見本通りに盛り付けができる。

持ち物に関する注意事項

目的

- ・ 材料の確認、段取り。
- ・ 一番出汁の引き方を確認する。
- ・ 刺身における衛生観念の徹底。
- ・ 御吸物の内容を理解し、器に合わせた切り出し、盛り付けなどをチェックする。
- ・ 刺身の内容を理解し、器に合わせた切り出し、盛り付けなどをチェックする。

ポイント

- ・ 御吸物を構成する基本要素は「出汁」「椀種」「椀妻」「吸口」であり、蓋を取った際の香り、食欲をそそる色彩、季節感を求める。
- ・ 刺身は、素材そのものを味わう料理。鮮度が良いのは勿論のこと、包丁の切れ味、衛生観念が重要である。
- ・ 使用する食材の確認、配膳。
- ・ 調理作業の段取りと打ち合わせ。
- ・ 見本通りの盛り付け方の確認。

教育到達点

- ・ 献立に書かれた食材を把握することで、食材の鮮度や価値観を知る。
- ・ 調理作業の段取りを考え、班での打ち合わせをする。
- ・ 計画した調理作業を衛生的に行う。
- ・ 材料の切り出しが整っている。
- ・ 当りを付けてチェックしてもらう。

評価の目安と方法

- ・ 調理工程を班員全員で把握する。
- ・ 見本通りに盛り付けができる。

持ち物に関する注意事項

目的

- ・材料の確認、段取り。
- ・焼物の内容を理解し、器に合わせた切り出し、盛り付けなどをチェックする。
- ・食事の内容を理解し、器に合わせた切り出し、盛り付けなどをチェックする。

ポイント

- ・焼物は間接的、または直接的に火を使用しての調理法で、単純であるがゆえに誤魔化しがきかない素材の大きさや鮮度を考え、その持ち味が活かせるように調理する。
- ・串の打ち方、火加減など素材に合った焼き方をすることが大切。
- ・食事は最後になる。糠漬けと共に提供する。
- ・使用する食材の確認、配膳。
- ・調理作業の段取りと打ち合わせ。
- ・見本通りの盛り付け方の確認。

教育到達点

- ・献立に書かれた食材を把握することで、食材の鮮度や価値観を知る。
- ・調理作業の段取りを考え、班での打ち合わせをする。
- ・計画した調理作業を衛生的に行う。
- ・材料の切り出しが整っている。
- ・当りを付けてチェックしてもらう。

評価の目安と方法

- ・調理工程を班員全員で把握する。
- ・見本通りに盛り付けができる。

持ち物に関する注意事項

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

- ・材料の確認、段取り。
- ・煮物の内容を理解し、器に合わせた切り出し、盛り付けなどをチェックする。
- ・甘味の内容を理解し、器に合わせた切り出し、盛り付けなどをチェックする。

ポイント

- ・煮物は材料の持ち味を活かし、出汁や水、調味料を使用して変化させる料理揚げたり、焼いたりして煮る方法や、煮汁で煮る基本的な方法など様々な手法がある幅広い知識と技術を要する難しい仕事であり、調味料の特性まで学ぶ。
- ・甘味はコースの最後になるため、甘すぎず、量も考えていかなければならない。
- ・使用する食材の確認、配膳。
- ・調理作業の段取りと打ち合わせ。
- ・見本通りの盛り付け方の確認。

教育到達点

- ・献立に書かれた食材を把握することで、食材の鮮度や価値観を知る。
- ・調理作業の段取りを考え、班での打ち合わせをする。
- ・計画した調理作業を衛生的に行う。
- ・材料の切り出しが整っている。

評価の目安と方法

- ・調理工程を班員全員で把握する。
- ・見本通りに盛り付けができる。

持ち物に関する注意事項

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

- ・材料確認、段取りの打ち合わせ、調理仕込み。
- ・保存法の確認。

ポイント

- ・過不足なく材料の発注ができていること。
- ・段取り通りの材料が揃っていること。
- ・次の作業がし易い準備が整っていること。
- ・使用する食材の確認、配膳。
- ・調理作業の段取りと打ち合わせ。
- ・下処理の確認、チェックと保管方法の確認。

教育到達点

- ・料理を仕込んでいく段取りを考え、班での共同作業を衛生的に行う。
- ・計画した調理作業を衛生的に行う。
- ・材料の切り出しが整っている。
- ・当りを付けてチェックしてもらう。

評価の目安と方法

- ・調理工程を班員全員で把握する。
- ・仕込み終了時には状態の確認をする。
- ・仕込み終了時に最終確認と状況確認をする。

持ち物に関する注意事項

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

- ・ 実際の献立を調理していく。
- ・ 衛生管理を徹底する。

ポイント

- ・ 実習台は常に衛生的な状態で作業できている。
- ・ ひとつ先を考え、スムーズな調理ができている。
- ・ ガス台回り、火の元の管理をする。

教育到達点

- ・ 調理作業を班員全員が把握し、スムーズに進んでいる。
- ・ 衛生管理が徹底されている。
- ・ 材料の無駄を出さない使用法ができる。

評価の目安と方法

- ・ 実習中の声掛けや、衛生管理ができる。
- ・ 保存方法などが適切である。
- ・ 材料点検、機材の確認ができている。
- ・ 仕込み忘れがないか班員でチェックする。

持ち物に関する注意事項

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

- ・ 実際の献立を調理していく。
- ・ 衛生管理を徹底する。
- ・ 各料理を仕上げる。

ポイント

- ・ 実習台は常に衛生的な状態で作業できている。
- ・ ひとつ先を考え、スムーズな調理ができている。
- ・ 各担当がそれぞれ連携を取りあう。
- ・ 班員全員が調理工程、内容を理解している。
- ・ お客様のペースで料理が提供できる。

教育到達点

- ・ 盛り付けがバランスよくできている。
- ・ お客様の状態や、その日の気温などを考え当たりを調える。
- ・ 各料理の提供時間、最適な温度での提供を心懸ける。
- ・ サービスとの連携でスムーズな提供ができる。

評価の目安と方法

- ・ 賞味会の流れを止めることなくスムーズに料理を提供できる。
- ・ 事故なく賞味会を進め、お客様をお見送りする。

持ち物に関する注意事項