



MUSASHINO COOKING COLLEGE

# TRAINING SYLLABUS

調理実習シラバス 2024

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	206
	概要	207

---

## 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		

担当者名	科目に対する実務内容・経歴(調理師養成以外)	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	多良 文康	ホテル、会館、レストランにて製菓業務に従事
飯尾 哲司	ホテルやレストランの料理長などを歴任	栗原 恭子	菓子製造販売業にて菓子製造に従事
四方 聡	ホテルにて調理業務に従事	村田 百花	
深澤 真一	ホテルにて調理業務に従事	矢田貝 志麻子	
二木 保	レストランにて調理業務に従事	吉田 正幸	
藤本 奈緒			

## 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 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、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、指導していきける内容にする。  
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
西洋料理実習理論 2/西洋料理実習 2

教育内容
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、二次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	

教育手法			
1回	料理の盛り付けデッサンについて/牛フィレ肉のボワレシャンピニオンのソース	31回	野菜のテリーヌ3種のソース/牛ホホ肉の赤ワイン煮込み ロースト野菜と共に
2回	コルドンブルー/ラタトゥイユ/ジャガイモのハーブクリーム風味	32回	ミラノ風リゾット/赤ワインのリゾット/牛肉の煮込み
3回	フィセルピカルド/ヴィシソワーズ	33回	苺のムース
4回	2色の魚のエスカベッシュ/リードヴォーのフリカッセ	34回	魚のオマール海老添えパート包み/ムール貝のスープサフラン風味
5回	ブロッコリーと甘海老のシャルロット/コンソメロワイヤル	35回	シヤモのサルサフッタネスカ/豚ロースのカツレツ 白魚とズッキーニのフリッタータ
6回	舌平目のイルドフランス 仔羊の背肉ロティエ 香草風味 ジャガイモのグラタン添え	36回	ホーチドエッグの赤ワイン煮込み“ムーレット” 大麦のスープ/豚バラのプレゼ ハニーマスタード風味
7回	小海老とホタテのクリーム煮ハイケース詰め 仔羊のロースト マスタードとハーブの香り カリフラワーのグラタン	37回	フォンダンショコラ
8回	ピーズ入りお米のサラダ/ピーズの冷製クリームスープ スズキのボワレ ソースブルブラン	38回	ホタテ貝とアンディーブのバイ詰め/若鶏のグランデュック風
9回	スパゲッティ シラサーナ/スワイガニとクスクスのサラダ 鴨のロースト ベヴェラダソース	39回	茄子のムース クーリートマト/仔牛のブランケット
10回	温製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・モリユ入り シャンピニオンソース	40回	海老とズッキーニのマルタリアーティ/アニョロッティ
11回	小鯛のデュクセル詰め チーズパン粉焼き シプレット風味の白ワインソース 枝豆のムース人参のソース	41回	ゼツポリーニ/ブランドード/若鶏のバスク風
12回	オレンジのグラタン レモンバーム風味/人参のブルーテ フロマージュブラン添え ホークを調理の調理法で 刺繍したコフティとビスコンデイト 丸刈とインゲンが刺繍刺繍を付けた枝豆のムース人参のソース	42回	ビュッシュド・ノエル
13回	ベーグル/豚のリエット/桃の冷製スープ 生ハム添え	43回	ニース風サラダ/オマールのクネル ア・ラ・リヨネーズ アメリカンソース
14回	ノルウェー産サーモンリエット デルの香り フォカッチャ ローズマリーの香り/グジュール	44回	チョコレートシフォン/クレープシュゼット
15回	モンブラン	45回	生ウニとじゃが芋のパンナコッタ タイムの香り タコのリゾビラ レモンガラスの香り/甘鯛の鱈揚げ
16回	オマール海老のラビオリ シャンピニオン添え 鶏腿の赤ワイン煮込み	46回	スーパードボワソ/ポトフ
17回	牛ヒレのバイ包み焼き ソースベリグーディヌ ジャガイモのムース/人参のグラッセ/芽キャベツのプレゼ	47回	白イカのムース スープ仕立て ウニの香り イベリコ豚の香草風味の岩塩バイ焼き
18回	ポテトで包んだ手長エビのフリット 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	48回	学園祭について 鶏のガランティエヌ/鴨のテリーヌ
19回	ガスパチョ/イベリコのコロケ/オマール海老のアバンダ	49回	学園祭について パテドゥカンパニーヌ/スズキのバイ包み焼き
20回	イサキのインポルティエニ ケツパー風味/イサキの紙包み焼き	50回	学園祭について フルテのテリーヌ/人参のテリーヌ
21回	バーニャカウダ/アクアパッツァ/自家製ソーセージのバスタ チョコレートとムース	51回	学園祭について 魚のテリーヌ/アスピック/オムニエル/ミロワール
22回	モンサンミッシェル産ムール貝のワイン蒸し ソースブーレット ポービエツサーモン白ワインソース	52回	家禽類のショーフロア
23回	実技試験 人参のシャトー/人参のジュリエンヌ/玉葱のアッシェ	53回	テリーヌのカットとゼリーがけ/ブラッターの盛り付け
24回	アサリとジェノベーゼのバスタ 仔羊の煮込み カチャトラ風/パンナコッタ フランボワーズソース	54回	ショーフロアのデコレーション/絵の描き方
25回	温製ホタテ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 ポテトバイヤソン添え	55回	エスカルゴのブルギニオン/牛テールのクロケット
26回	鴨胸肉のボワレ ショワジュールの付け合わせ 赤ワインソース フィヤベース/グラマンニエ香るスフレ	56回	鴨モモのコンフィ/鴨のローストとコンソメ
27回	ミルフィーユ	57回	牛タンとサラダ ラビゴットソース/豚バラ肉のカルボナード
28回	牛ヒレ肉の猟師風/グラージュ	58回	カスレ/白子のムニエル
29回	オマール海老のテルミドル/鴨のアリュメット	59回	Buffet料理(1年間の集大成で振り返る)
30回	トリッパ入りミートソースポロネーゼ風/海の幸サラダ/お米のパバロア	60回	実技試験 仔羊のソテー ソース・シャスール
		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

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3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。
- ・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?
- ・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、フォン・ド・ヴォーをしっかりと煮詰める。

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。
- ・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
<h1>Dressages</h1> <p>料理の盛り付け デッサンについて</p>	1	

材料・調味料	使用量	材料・調味料	使用量
<p>盛り付けの基盤となる 考え方を理解する。</p> <p>※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。</p> <p>○料理を皿の上で      どう 見せるか？</p> <p style="padding-left: 100px;">どう 感じさせるか？</p> <p style="padding-left: 100px;">どう 食べさせたいか？</p> <p>※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。</p> <p>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わけではありません。</p> <p>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。</p> <p>※美しく見せる（ドレッシング）と美味しそうに感じさせる（ドレッシング）はいつも、一致するわけではありません。</p> <p>でも、どちらがかけても、完成されたドレッシングにはならないと考えている。</p>			
		盛付見本	

献立名

# Filet 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

番号

分量

1

1人分

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

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



西洋料理理論3・4

コルドンブルー

ラタトウイユ／ジャガイモのハーブクリーム風味

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3時間	講義	実習課担当職員

目的

- ・地域と料理の成り立ちの関係性を学ぶ。
- ・野菜を切り揃え火の入り方を均一にする。
- ・鶏の胸肉の火入れと温度を学ぶ。
- ・野菜の火入れと甘味の出し方。
- ・じゃが芋を滑らかにピューレにする。
- ・鶏むね肉の成型と火入れを実践する。

ポイント

- ・野菜を切り揃え火の入りが均一になるように入れるタイミングをずらす。
- ・じゃが芋は温かいうちに調理し粘りを出さない。
- ・鶏胸肉を開き均等な厚さにする。
- ・甘味の出やすい野菜から順番にゆっくりと火を入れる。
- ・ジャガイモが温かいうちにピューレにする。
- ・パン粉が焦げないようにゆっくりと揚げ焼きにする。

教育到達点

- ・料理の成り立ちを理解する。
- ・野菜の加熱段階による味の変化を理解する。
- ・鶏肉の下処理と成形を理解する。
- ・野菜の旨味と甘味を引き出す火入れができる。
- ・ジャガイモのピューレが滑らかに仕上げる事ができる。
- ・コルドンブルーが色よく焼き上げることができる。

評価の目安と方法

- ・料理の成り立ちを理解出来ている。
- ・野菜の加熱段階による味の変化を理解出来ている。
- ・鶏肉の下処理と成形を理解出来ている。
- ・野菜の旨味と甘味が引き出されている。
- ・ジャガイモのピューレが滑らかに仕上がっている。
- ・コルドンブルーが色よく焼き上がっている。
- ・味のバランスがとれ、きれいに盛り込んでいる。

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







西洋料理理論3・4

ヴィシソワーズ  
フィセル・ピカルド

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3時間	講義	実習課担当職員

目的

- ・小麦粉を使った生地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。
- ・野菜のブルテについて。
- ・冷製スープについて。
- ・温度管理をし、生地の状態を確認する。
- ・クレープ生地の作り方。
- ・冷製スープについて。

ポイント

- ・タルト生地の温度管理。
- ・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する。
- ・生地のグルテンを休ませることによって落ち着かせる。
- ・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。
- ・ブルテの段階でしっかりと味を調える。

教育到達点

- ・タルト生地を休ませたときの縮み方の違いを理解する。
- ・クレープを焼くときの温度を理解する。
- ・野菜のブルテと、スープの濃度を理解する。
- ・濃度と味の整った冷製スープが作れる。
- ・クレープをフライパンの温度を見極め綺麗に焼ける。

評価の目安と方法

- ・タルト生地時の温度管理をし焼き上げることができる。
- ・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。
- ・スープの濃度を調節できる。
- ・フィセル・ピカルドが同じ大きさに作れ、綺麗に焼きあがっている。
- ・冷製スープの濃度や味が整っている。
- ・味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
<b>Ficelle picarde</b> フィセル ピカルド

番号	分量
3	5人分

材料・調味料	使用量	
<b>Crêpe</b>		
Farine	100	g
Sel	適量	
Œuf	3	個
Lait	200	cc
Beurre	30	g
<b>Appareil</b>		
Champignon	2	パック
Échalote	30	g
Persil plat	1/4	パック
Crème épais	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
<b>仕上げ用クリーム</b>		
Gruyère râpe	80	g
Lait	150	cc
Beurre	10	g
Farine	10	g
Muscade	適量	
Sel・poivre	適量	
盛付見本		





時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3時間	講義	実習課担当職員

目的

- ・エスカベッシュという料理の背景と特徴を知る。
- ・リー・ド・ヴォーという部位の理解と下処理の方法を知る。
- ・煮込み料理のバリエーションの理解する。
- ・レンコン、芽キャベツ、カリフラワーという野菜の特徴を知る。
- ・マリネの仲間であるエスカベッシュという料理を知る。
- ・加熱による酢の味わいの変化を知る。
- ・リー・ド・ヴォーという食材を知る。
- ・フリカッセという煮込み料理を知る。
- ・野菜のフライパングリルをマスターする。

ポイント

- ・南蛮漬けのルーツであるエスカベッシュという料理を理解し、違いを認識すること。
- ・内臓のカテゴリーに入るリー・ド・ヴォーの下処理方法と加熱温度の管理。
- ・フリカッセという料理の煮込み時間の調整。
- ・生食が可能な野菜の火入れによる味わいの変化を認識すること。
- ・ニンニクと唐辛子を上手に加熱することでオイルに香りと辛味を移し、酸味も程良く飛ばすことでマリナードを円やかに仕上げる。
- ・魚にまぶす小麦粉はしっかり振り落とし、揚げ油の温度を適切に管理することで表面をカリッと仕上げる。
- ・リー・ド・ヴォーのフリカッセを適切に行い色良くソテーする。
- ・エシャロットを炒め過ぎずソースを適切に煮込み、香り良くサッパリに仕上げる。

教育到達点

- ・エスカベッシュに利用できる魚の種類とマリナード野菜の応用範囲が理解出来ている。
- ・リー・ド・ヴォーの下処理が臭み消しを兼ねていることを理解し、作業工程の必要性を認識している。
- ・フリカッセは煮込みという名は付くが、比較的短時間で仕上がる料理であると理解出来ている。
- ・エスカベッシュのマリナードの味わいをバランス良く仕上げられる。
- ・揚げ油の温度管理と揚げる量の見極めを適切に行い、魚を上手に揚げられる。
- ・フリカッセソースの作業工程が適切で、程良い濃度に仕上げられる。
- ・レンコンを白くきれいに処理でき、グリル野菜の焼き色をきれいに付けられる。

評価の目安と方法

- ・エスカベッシュの基本的な取り合わせとバリエーションを理解出来ている。
- ・リー・ド・ヴォーの下処理法を理解している。
- ・フリカッセやその他の煮込みの種類と、メイン食材には何が使用されるのかわ知っている。
- ・マリナードの酸味の角が程良く取れ、野菜の火入れ加減も上手に行えている。
- ・魚の表面がカリッと揚り、色よく仕上がっている。
- ・フリカッセのソースが煮詰まり過ぎず、香り良く爽やかに仕上がっている。
- ・野菜のグリルがしっかり焼き上がり火が入っている。

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







時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3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。
- ・コンソメを澄ませる方法と温度。
- ・冷製スープと温製スープの違い。
- ・卵の特性について。
- ・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。
- ・コンソメの取り方。

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。
- ・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。
- ・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。
- ・スネ挽肉とミルポア等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。

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
- ・コンソメを澄ませる要因を理解する。
- ・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。
- ・澄んだコンソメを味よく取れる。

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。
- ・コンソメの作り方を理解し澄ませることができる。
- ・シャルロット仕立てをきれいに盛り込んでいる。
- ・澄んだコンソメが取れているか。
- ・味のバランスが取れ、適量が盛り込んでいるか

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

# 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

5

分量

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	
<b>[Sauce vert]</b>		
Mayonnaise	100	cc
Crème	50	cc
Huile d'olive (EXV)	10	cc
Cresson	2	束

材料・調味料	使用量	
<b>[Sauce Mayonnaise]</b>		
Jaune d'Œuf	1	個分
Vinaigre vin-blanc	15	cc
Huile de salade	150	cc
Sel・Poivre	適量	
盛付見本		



時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3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。
- ・舌平目の卸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。
- ・舌平目の卸し方、火の入れ方を学ぶ。
- ・野菜の切り揃えを学ぶ。
- ・仔羊の部位を理解し、掃除の仕方を学ぶ。
- ・ジャガイモのグラタンの作り方を学ぶ。

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、又フライパンがあたり辛い部位にはしっかりとアロゼする。
- ・魚を卸す際には、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卸す。
- ・野菜をを切りそろえる。
- ・仔羊の背肉は筋を掃除しないと火が入りづ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、ジャガイモのでんぷんを利用して濃度をだす。

教育到達点

- ・魚の骨格を理解して3枚卸しが実践できる。
- ・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事ができる。
- ・魚の骨の骨格と卸し方を理解して、丁寧に3枚卸しができる。
- ・白ワインとノイリー酒の煮詰め具合と味の引き出す。
- ・仔羊の部位と掃除、リソレからオープ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

- ・舌平目の3枚卸しフィレの成形を講義と同じように調理する事ができる。
- ・白ワイン、ノイリー酒が煮詰まり味を引きだしブルブランソースが作れる。
- ・仔羊をロゼに焼き上げられる。
- ・魚は身を残さずに綺麗な3枚卸しができている。
- ・野菜を切りそろえられている。
- ・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
<p><b>Filet de Sole II-de-France</b> 舌平目のフィレ イル・ド・フランス風</p>

番号	分量
6	5人分

材料・調味料	使用量	
Sole	1人	1枚
Carotte	40	g
Cèleri	40	g
Poireau	40	g
Champignon	5	個
Persil	適量	
Vin blanc	適量	
Noilly	160	cc
Fumet de Poisson	120	cc
Crème	200	cc
Beurre	60	g

材料・調味料	使用量	
盛付見本		





時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3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)。
- ・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。
- ・ブッシュェの作り方。

ポイント

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

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。
- ・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。
- ・全ての食材に味がしっかりできている。
- ・ベシャメルソース だまになる事なく仕上げられる。
- ・仔羊の下処理を理解する。
- ・仔羊がロゼに焼き上がる。

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。
- ・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







時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3時間	講義	実習課担当職員

目的

- ・ビーツという野菜の特徴と扱い方を知る。
- ・エスカルゴバターの作り方を学ぶ。
- ・ソースブルブランの作り方を学ぶ。
- ・お米の火入れとその硬さについて。
- ・冷製スープを美味しく作れるようになる。
- ・エスカルゴバターが作れるようになる。
- ・ソースブルブランを分離させることなく、美味しく仕上げる事が出来るようになる。
- ・スズキを3枚に卸し、上手に焼き上げることが出来るようになる。

ポイント

- ・スープ野菜の切り方を正しく行い、しっかりスユエしていくこと。
- ・バターを室温に戻しておき、具材も細かく切っておく。
- ・レディクションをしっかり煮詰め、わからない程度の温度でバターを溶かし込んでいく。
- ・お米は冷めると硬くなるので柔らかく茹でる。
- ・スープ野菜は繊維を断ち切るように切り、バターと共に甘味が出るまでじっくりスユエしていく。
- ・エスカルゴバターはロボクーブを使い、固い具材から回していきバターを練り込んでいく。
- ・レディクションをしっかり煮詰め、エスカルゴバターを少しずつ加え溶かし込んでいく。
- ・スズキは皮がカリッと焼き上がるように、皮目からじっくり焼き上げていく。

教育到達点

- ・スープ野菜の切り方と炒め具合が、味に大きな影響を与えることを理解している。
- ・ロボクーブの使い方のコツをつかみ、合わせバターの回し方を理解している。
- ・レディクションの重要性和煮詰め具合の大切さを理解し、乳化の方法を理解する。
- ・お米の温度による硬さの違いを理解する。
- ・スープ野菜の甘味をしっかり引き出し、クリームで整える
- ・ことで濃度と味わいを適切に仕上げる事が出来る。
- ・ブルブランソースをちゃんと乳化させ、酸味のきいたサッパリした味わいに仕上げられる。
- ・スズキの火入れを程良く柔らかく仕上げ、皮目も色よくカリッと焼き上げることが出来る。
- ・お米の硬さがよく、味良く仕上げられている。

評価の目安と方法

- ・スープ野菜の切り方と炒め具合が、味に大きな影響を与えることを理解出来ている。
- ・ロボクーブを使った合わせバターの作り方を理解出来ている。
- ・ブルブランソースの温度管理と乳化の関係を理解している。
- ・お米の温度による硬さの違いを理解している。
- ・スープ野菜の甘味がしっかり出ていて、クリームとのバランスもよく滑らかに仕上がっている。
- ・ブルブランソースが分離することなく、適度な濃度で酸味とのバランスも良く仕上がっている。
- ・スズキの火入れが適切で、皮目も色よくカリッと焼き上がっている。
- ・お米の硬さがよく、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
<b>Filet de Bar Poêlé</b> <b>Sauce Beurre blanc</b> スズキのボワレ ソース ブールブラン

番号	分量
8	5人分

材料・調味料	使用量
Bar	15 g
Beurre	30 cc
Huile d' olive	1/6 本
Poireau	
<b>Bayaldi</b>	
Courgette	1 本
Aubergine	1 本
Tomate	1/2 個
Ail (ニンニクオイルで配布)	1/2 片
Thym	1 枝
<b>Sauce Beurre Blanc</b>	
Échalote	1/2 個
Vin Blanc	100 cc
Noilly	50 cc
Vinaigre de vin blanc	60 cc
Beurre d'Escargots	120 g

材料・調味料	使用量
<b>Beurre d' Escargots</b>	
Beurre	100 g
Échalote	1/6 個
Ail	1/2 片
Persil	5 g
Basilic	5 g
Sel	1.5 g
盛付見本	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3時間	講義	実習課担当職員

目的

- ・イタリア料理のレストランシェフをお招きしてイタリア料理を学ぶ。
- ・アンティパスト、プリモピアット、セコンドピアットについて学ぶ。
- ・イタリアの郷土料理について学ぶ。
- ・クスクスの調理法と野菜の切りそろえ。
- ・メカジキとアンチョビ、トマトで味のバランスのとれたソースを作る。
- ・鴨をロゼに焼き上げる。
- ・鶏レバーの下処理を覚える。

ポイント

- ・プチドリップを使った水分の抑え方。
- ・パスタを茹でる際の塩分濃度を知る。
- ・鶏レバーの独特な香りを香草で抑える。
- ・クスクスのサラダは野菜やカニから水分が出てくるため、プチドリップを利用し水分を抑える。
- ・アンチョビやんにくの香りをしっかりとオイルに移す。
- ・鶏レバーをしっかりと炒め臭みを飛ばす。

教育到達点

- ・イタリア料理のコースの組み立て方を理解する。
- ・旬の食材を把握し季節感を演出できる。
- ・料理と地方の関係を理解しその背景を学ぶ。
- ・クスクスをしっかりと火入れし切り揃えた野菜と合わせる。
- ・パスタを茹でる際の塩分濃度で揚げのタイミングを知る。
- ・パスタソースを合わせ、しっかりと味を含ませ仕上げることができる。
- ・鴨胸肉をロゼに焼き上げることができる。
- ・ペヴェラーダソースしっかりと仕上げることができる。

評価の目安と方法

- ・料理の作り方とポイントを理解し調理できる。
- ・食材それぞれの下処理と火の入れ方を理解し調理できる。
- ・イタリアの地方それぞれの位置と風土を理解する。
- ・料理が盛り込み、味共にバランスよく仕上がっている。
- ・パスタがアルデンテでソースが乳化した状態で仕上がっている。
- ・鴨胸肉がロゼに焼きあがっている。
- ・ペヴェラーダソースがレバーの臭みがとれ独特の風味を生かし仕上がっている。

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
<b>Spaghetti alla Siracusana</b> スパゲッティ シラクサーナ

番号	分量
9	5人分

材料・調味料	使用量		材料・調味料	使用量	
Spaghetti	240	g	Prezzemolo		
Pesce spada	240	g			
Cipolla	80	g			
Sedano	80	g			
Olio d'oliva	40	g			
Aaglio	6	g			
Pomodoro (ホールトマト)	240	g			
Pomodori piccoli	8	ヶ			
Olive nero	4	粒			
Cappero	20	g			
Acciuga	16	g			
Vino bianco	40	g			
Acqua	120	g			
Sale Pepe					
Farina fiore					

献立名
<b>Insalata di Cuscus con Polpa di granchio</b> スワイガニとクススのサラダ

番号	分量
9	5人分

材料・調味料	使用量		材料・調味料	使用量	
Cuscus	50	g	Acetosa rosso (レッドソレル)		
昆布水	75	g			
Sale	1	つまみ			
Aceto di vino bianco	15	g			
Olio d'oliva	30	g			
プチドリップ	4	g			
Zucchini	20	g			
Peperone rosso	20	g			
Peperone giallo	40	g			
Sedano	40	g			
Cipolla rossa	40	g			
Acciuga	8	g			
Polpa di granchio (スワイガニ)	160	g			
Pomodori piccoli	4	ヶ			
Olio d'oliva					





時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3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。
- ・クスクスの火の入れ。
- ・香草風味のバイヨンを作る。
- ・鶏のムースの作り方と火の入れ。

ポイント

- ・クスクスは沸かしたバ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バ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。
- ・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様に絞り、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

- ・リードボアの下処理を理解する。
- ・クールバ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。
- ・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。
- ・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

10

分量

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	
<b>[Garniture]</b>		
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

10

分量

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		
<b>[Contenu]</b>		
Ail	1/2	片
Echalotte	20	g
Champignon	4	個
Morille(sec)	3	g
Trompette(sec)	3	g
Cèpe	3	枚
Beurre	10	g
Madère	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	
<b>[Sauce]</b>		
Champignon	4	個
Bouillon	200	cc
Beurre	30	g
Crème	80	cc
Jaune d'œuf	1	ヶ
Sel.poivre	少々	
盛付見本		



時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3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。
- ・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枚卸し。
- ・デュクセルについて。

ポイント

- ・鯛を三枚に卸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。
- ・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様に合わせる。
- ・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

- ・魚は骨に沿って卸せている。
- ・鯛にフィッシュゼルフをきれいにナッペできている。
- ・小鯛の3枚卸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

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

## 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

11

5人分

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

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



時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3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
- ・サバイヨンソースの作り方を学ぶ。
- ・ブルテについて学ぶ。
- ・豚肉を部位によって調理法を分ける方法を学ぶ。
- ・オレンジのカルチェとマリネを学ぶ。
- ・人参を柔らかくしブルテにする方法を学ぶ。
- ・豚肉を低温で火入れすることを学ぶ。
- ・フルールを使ったラタトゥイユを学ぶ。

ポイント

- ・オレンジのカルチェにレモンバームを合わせ香りを移す。
- ・人参をしっかりと柔らかくしピューレにする。
- ・豚ロースを芯と脂の部分に分けそれぞれ調理する。
- ・ラタトゥイユは切り揃え味を調える。
- ・サバイヨンソースは湯煎にあて卵黄をしっかりと泡立てる。
- ・人参のブルテは火にかけかたさを調節する。
- ・豚ロースを数回に分け火入れをし、しっかりと火を入れる。
- ・脂はみじん切りにしクリスピーにする。

教育到達点

- ・サバイヨンソースの作り方を理解する。
- ・ぶるてのつくりかたをりかいする。
- ・豚肉の特徴を理解する。
- ・オレンジのカルチェをきれいにとれる。
- ・ふんわりとしたサバイヨンソースが作れる。
- ・ブルテの濃度が調節できる。
- ・豚の火入れがしっかりとできる。

評価の目安と方法

- ・オレンジのグラタンのポイントを理解し調理できる。
- ・豚肉の部位ごとの調理法を理解し調理できる。
- ・オレンジのグラタンが色よく焼きあがっている。
- ・ブルテの濃度、味が整っている、
- ・豚肉それぞれ火入れができています。
- ・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

- ・製菓専用の器具類に慣れること。

献立名

**ポークを2種類の調理法で  
香りをつけてローストとスティーム**

トロピカルフルーツのラタトゥイユ トマトクーリー

番号	分量
12	5人分

材料・調味料	使用量	
Pork loin	90g	4枚
Onion	120	g
Garlic	40	g
Lard(ロインの背脂)	120	g
Shallot	80	g
Bay leaf	2	枚
Paprika powder	20	g
Fresh basil	4	本
Banana	1/2	本
Mango	1/2	個
Pineapple	80	g
kiwi	1/2	個
framboise	4	個
serfeuil,dell etc(herb)		
green pepper(万願寺)	4	本
quatre epice	適量	
fresh tomato	2	個
garlic	1/2	個
olive oil	20	cc
Fresh basil	1	本

材料・調味料	使用量
1) ポークの脂の部分と脂のない部分、背脂にわける	
2) 脂のない部分は 90g に成形する	
3) 脂のある部分は細かく包丁でミンチにする。 この中に豚レバーも入れる	
4) 背脂は 1mmの小さい角切りにする→鍋に少量の オリーブオイルでゆっくり火を入れカリッと揚げて、油をきる	
5) Onion,Garlic,Shallot は細かいみじん切りにする→ 4) の揚げた油でカリッと揚げて油をきっておく	
6) フルーツも3mmの小さい角切りにカットしておく。 →キウイとフランボワーズ以外でラタトゥイユを作る。仕上げにタイムの葉を散らす	
7) トマトは湯むきして、裏ごしておく	
8) オリーブオイル、とニンニクを炒め 7) をいっ きに煮詰めクーリーを仕上げる 塩、バジルで仕上げる	
9) 万願寺を半割にして種を取り、3) に塩、胡椒、 キャトル エピスで味を調べて挟み、ラップ でくるんで 70℃のスチーマーで火を入れる	
10) 2) のポークに塩、胡椒をして 5) の油でゆっ くりと焼き上げる 低温で色を付けない 焼きあがったら、休ませる 揚げた背脂、ガーリック、オニオン、シャロットに パプリカと塩を加える 皿に盛り付ける	
盛付見本	

献立名

**Gratin de Orange aux Citronelle**  
オレンジのグラタン レモンバーム風味

番号	分量
12	5人分

材料・調味料	使用量	
Orange (1個で2人前)	2	個
Jus d'Orange	25	cc
Sucre	35	g
Jaune d'Oeuf	3	ヶ
Citronelle	2	枚
Grand Marnier	7.5	cc

材料・調味料	使用量	

献立名

**Carrot Velouté with Fromage blanc**  
ニンジンのブルーテ フロマーージュブラン (ヨーグルトムース) 添え

番号	分量
12	5人分

材料・調味料	使用量	
ニンジン	2	本
オニオン	100	g
ブイヨン	200	cc
クミンパウダー		
フロマーージュブラン (ヨーグルト)	80	g
オリーブオイル	20	cc
バジル	2	束
無塩バター		
塩・コショウ		

材料・調味料	使用量	



時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3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。
- ・端肉の利用と保存について。
- ・桃の特徴を理解し調理する。
- ・成型の仕方と焼き方を学ぶ。
- ・脂の利用と水分量と保存性の関係。

ポイント

- ・果物の甘さと塩味のバランスをとる。
- ・1時発酵のみで仕上げる。
- ・脂身を多く使い滑らかに仕上げる。
- ・桃は変色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く。
- ・肉が柔らかくなるまで煮て、煮汁は煮詰める。

教育到達点

- ・甘味と塩味のバランスを理解する。
- ・一般的なパン生地との作り方の違いを理解する。
- ・保存性の高め方を理解する。
- ・ベーグルがしわなく、形よく焼きあがる。
- ・リエットが滑らかに仕上がる。

評価の目安と方法

- ・ベーグルの作り方を理解して実践できる。
- ・リエットを滑らかに仕上げられる。
- ・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
<b>Bagel</b> ベーグル

番号	分量
<b>13</b>	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
Avocat	1/2 個
Cornichon	2 本
Roquette	1/2 バック
Carotto	1/2 本
Mayonnaise	適量
Huile d'oliva(EXV)	適量
Riettes de porc	適量
<p>ベンチタイム 15M            発酵 35°C 30M            焼き 200°C 20M</p>	

献立名
<b>Soupe de Peche glace con prosciutto</b> モモの冷製スープ 生ハム添え

番号	分量
<b>13</b>	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
--------	-----



時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3時間	講義	実習課担当職員

目的

- ・小麦粉を使用した前妻を理解する。
- ・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解する。
- ・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

- ・リエットの保存は空気に触れないようにしっかりとバターで密閉する。
- ・フォカッチャは75の法則を覚え、発酵から焼きに至るまでをスムーズに進める。
- ・シュー生地は卵の加え方、粘り、ツヤを確認しながら作る。
- ・粉類はしっかりと火が入ると香りが十分に出る。
- ・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

- ・リエットを滑らかに仕上げることができる。
- ・フォカッチャの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。
- ・リエットが滑らかに仕上げるができる。
- ・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

- ・味のバランスがしっかりと取れている。
- ・フォカッチャの焼きにムラ無くまんべんなく付いている。
- ・グジェールがきれいに焼きあがっている。
- ・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	
<h1>Rillettes de Saumon</h1> <p>ノルウェー産サーモンのリエット ディルの香り</p>	

番号	分量
14	5人分

材料・調味料	使用量	
Filet saumon	300	g
Beurre	30	g
Vin blanc	40	cc
Noilly	40	cc
Sel.Poivre	少々	
<b>[Sauce Bechamel]</b>		
Farine	30	g
Beurre	30	g
Lait	220	cc
Crème	30	cc
Muscade	少々	

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

献立名	
<h1>Focaccia romarino</h1> <p>フォカッチャ ローズマリーの香り</p>	

番号	分量
14	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

# 15

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	モンブラン カaramelソースを添えて カシスソルベと共に

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

### 目的

- ・モンブランの組み立てを学ぶ
- ・モンブランクレームの絞り方を学ぶ
- ・ソルベの作り方を学ぶ

### ポイント

- ・モンブランクリームをしっかりと裏漉しし、なめらかなクリームにする
- ・モンブランクレームの絞り方（力の入れ方）に注意する
- ・チョコレートのテンパリングの温度をしっかりと把握する

### 教育到達点

- ・アシェットでセールを意識して美しく盛り付けができているか
- ・テンパリングがうまくいっているか

### 評価の目安と方法

- ・モンブランクリームが美しく絞れているか
- ・ソース2種類をうまく使い、皿盛りしているか

### 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
<h2>Mont blanc et sauce caramel avec sorbet cassis</h2> <p>モンブラン カラメルソースを添えてカシスソルベと共に</p>

番号	分量
15	5人分

材料・調味料	使用量	
<b>Crème d'amande</b>		
beurre	52	g
sucre glace	52	g
œufs	40	g
poudre de amande	52	g
ラム酒	5	g
<b>Crème fouettée</b>		
crème 40%	130	g
marron (渋皮)	5	p
(1/2カットしてセンターと仕上げに使用)		
<b>Crème mont-blanc</b>		
pâte de marron	108	g
purée de marron	90	g
crème de marron	108	g
cognac	9	g
<b>Sauce anglaise</b>		
crème	100	g
jaune d' œufs	2	p
sucre semoule	13	g
vanille	適量	

材料・調味料	使用量	
<b>Sauce caramel</b>		
sucre semoule	100	g
lait	50	g
crème 38%	70	g
beurre	14	g
<b>Sorbet cassis</b>		
purée de cassis	260	g
eau	55	g
sucre semoule	30	g
torimoline	40	g
jus de citron	3	cc
stabilisateur	0.75	g
<b>Finition</b>		
crème 40%	50	g
chocolat (飾り用)	50	g
sucre glace		
盛付見本		

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3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・卸し方を学ぶ。
- ・ラビオリの作り方を学ぶ。
- ・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

- ・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と抜いて重ね密着させる。
- ・ソースに濃度をつけやすくする為、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

- ・圧力鍋の特性・使用方法を理解し適正に使用しているか。
- ・オマールエビの構造を理解し卸し方・茹で方を理解できているか。
- ・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か。
- ・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か。

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だし滑らかに仕上げられる。
- ・圧力鍋を使い短時間で鶏肉が柔らかく仕上がっているか。
- ・ソースは丁度良い濃度、味に仕上がっているか。
- ・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
<b>Raviole de Homard aux Champignon</b> オマール海老のラビオリ シャンピニオン添え

番号	分量
<b>16</b>	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
<b>[Sauce Homard]</b>		
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
<b>Coq au Vin</b> 鶏もも肉の赤ワイン煮込み

番号	分量
16	5人分

材料・調味料	使用量	
Cuisee de Poulet	5	本
Oignon	1	ヶ
Farine	10	g
Ail	1	片
Tomate Fraichea	2	ヶ
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
Crème	100	cc
Beurre	50	g
盛付見本		



時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3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、でゆくせるの付け方、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。
- ・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しっかりと理解し、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る。
- ・トリュフの炒め方、酒類の煮詰め方、フォンドヴォーの煮詰め方。
- ・ミロワール上に仕上げる。
- ・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と煮詰める。

教育到達点

- ・牛フィレ肉の整形からパイの巻き方まで理解する。
- ・ペリグーソースが色・味・ツヤよく仕上がる。
- ・付け合わせの作り方を理解する。
- ・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。
- ・マッシュポテト、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事が出来る。

評価の目安と方法

- ・パイに焼き色がむらなくついている。
- ・フィレ肉がミディアムに仕上がる。
- ・料理がバランスよく盛り込んでいる。
- ・ペリグーソースが色・味・ツヤよく仕上がっている。
- ・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んでいる
- ・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/きのこのこのフラン/芽キャベツのブレゼ

番号	分量
<b>17</b>	5人分

材料・調味料	使用量	
<b>[Pomme Moussline]</b>		
Pomme de Terre	250	g
Crème	80	cc
Lait	40	cc
Muscade	少々	
Beurre	20	g
Sel.Poivre	少々	
<b>[Carotte Gracer]</b>		
Carotte	1	本
Carotte(jaune)	1	本
Beurre	20	g
Sucre	5	g
Sel.Poivre	少々	

材料・調味料	使用量	
<b>[Chou de Bruxelles braises]</b>		
Chou de Bruxelles	1人1.5	ヶ
Oignon	1/4	ヶ
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 ソースペリゲーディヌ

番号

分量

17

5人分

材料・調味料	使用量	
Filet de bœuf	1	本
Crêpe	4	枚
Feuilletage	1	枚
<b>[Duxselles]</b>		
Champignon	1	パック
Cèpes	4	枚
Échalotte	1/2	ケ
Beurre	30	g
Béchamel	80	g
Sel.Poivre	少々	
Crème	60	cc
<b>[Sauce périgour]</b>		
Truffes	10	g
Jus de truffe	適量	
Madère	30	cc
Porto rouge	30	cc
Cognac	10	cc
Beurre	10	g
Fond de veau	200	cc
Sel.Poivre	少々	

材料・調味料	使用量	
<b>[Garniture 3kind]</b>		
Pomme Mousline		
Carotte glacer		
Flan de champignon		
Chou de bruxelles braises		
盛付見本		



時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3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。
- ・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

- ・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。
- ・手長海老は殻から外し、細長く切れたジャガイモを丁寧巻く。
- ・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後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、煮詰めたピネガーで風味をつける。

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。
- ・手長海老の掃除の仕方を理解する。
- ・油の温度を見極め、良い状態で揚げる事が出来る。
- ・仔羊をきれいに掃除する事が出来る。
- ・仔羊を良い状態で焼き上げる事が出来る。

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か。
- ・仔羊はロゼに仕上がっているか。
- ・手長海老が色良く揚がっている。
- ・手長海老が綺麗に色形良く揚がっている。
- ・仔羊が形良く、ロゼに焼きあがっている。
- ・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
18	5人分

材料・調味料	使用量	
Langoustine	1人1	本
Pomme de Terre	大2	ケ
Salade	1	p/c
Mascarpone	1クラス約1	p/c
Paprika	適量	
Sucre	適量	
Cayenne	適量	
Bicarbonate de Soude	適量	

材料・調味料	使用量	

献立名

**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

番号	分量
18	5人分

材料・調味料	使用量	
Carre d'Agneau	2	本
Céleri-Rave	2ヶ等分	
Carotte	1	本
Courgette	1	本
Basilic	12	枚
Crépine	適量	
Ail	大 1/2	片
Cresson	2班1	束
Bulbe de Lis	1	ケ

材料・調味料	使用量	
<b>[Sauce]</b>		
Basilic	3	枚
Thym (乾燥)	0.5	g
Ail	1/2	片
Tomate	1/4	ケ
Vinagre de Vin Rouge	50	cc
Fond d'Agneau	200	cc
Beurre	5	ケ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3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。
- ・代表的なスペイン料理を学ぶ。
- ・野菜の味の引き立て方や冷たいスープについて学ぶ。
- ・日本のコロッケの作り方の違いを学ぶ
- ・ソフリットの使い方と、作り方を学ぶ。

ポイント

- ・ガスパチョの野菜は味をなじませるためマリネする。
- ・コロッケは最初に粉類を加え火にかける。
- ・野菜を弱火でよく炒めたソフリットを作りアバンダに甘みを出す。
- ・野菜を適度な大きさにカットししっかりとマリネする。
- ・生ハムは香りを生かすため半量は仕上げ時に加える。
- ・オリーブ大に整形することで食べやすくなる。
- ・ソフリットは、弱火でじっくり炒め甘味を引き出す。く。

教育到達点

- ・ガスパチョは甘味や酸味が野菜や時期によって違うため最後に調節する。
- ・コロッケの生地がダマになることなく滑らかに仕上がる。
- ・ルーを使わず初めに粉を加えた液体を火にかけダマにならないようクロケットを作る。
- ・コロッケがパンクすることなく揚がる。
- ・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か。
- ・アバンダの炊き上がりを米の硬さ、水分量を調節できる。
- ・野菜の味を理解しガスパチョを仕上げることができる。

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。
- ・ガスパチョに使われる食材や料理の成り立ちを理解し調理する。
- ・スペインでのコロッケの形や大きさ、食べ方を理解し調理する。
- ・アバンダの作り方を理解したうえで調理が出来る。
- ・ガスパチョがクリーミーに、酸味と甘味のバランスが取れている。
- ・コロッケの大きさや形、揚げ色が整っている。
- ・アバンダが魚介の旨味が米が吸った状態で、芳ばしく炊き上げられる。

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

献立名

## Gazpacho de Tomate

ガスパチョ

番号	分量
19	5人分

材料・調味料	使用量	
Tomates (Fruit Tomato)	2	ケ
Tomate	1/2	ケ
Pimiento Rojo	1/4	ケ
Cebollas	10	g
Pepino	1/2	本
Ajo	2	g
Aceite de Oliva	60	g
Sal		
Vinagre de Jerez	3	g
Langostinos	2	尾
Tomates (Fruit Tomato)	2	個
Dados de Pan	16	個
Aceite de Oliva Virgen Extra		

材料・調味料	使用量	

献立名

## Croquetas de Jamon Iberico

イベリコのコロッケ

番号	分量
19	5人分

材料・調味料	使用量	
Jamón Iberico	45	g
Cebollas (picadas)	50	g
Aceite de Oliva	7	g
Mantequilla	7	g
Harina	17	g
Harina de Maíz	10	g
Leche	250	cc
Yema	1/4	ケ
Sal	少々	
Pimienta Blanca	少々	

材料・調味料	使用量	
Harina	適量	
Huevo Batido	適量	
Pan Rallado	適量	
Aceite Para Freír	適量	





教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	イサキのインボルティーニ ケッパ―風味 イサキの紙包み焼き

回数	時間数	授業の方法	担当者名
1回	1時間+3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。
- ・インボルティーニ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。
- ・包丁の入れ方を理解し魚を3枚に卸す。
- ・魚のポアレの仕方。
- ・インボルティーニ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

- ・魚を卸す際、骨格を理解し骨に刃をあてながら卸す
- ・紙包み焼はオープンで仕上げる為、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
- ・イサキを卸す時、できるだけ大きく包丁を使う。
- ・インボルティーニは身の厚さを整え、残りはすり身にする。
- ・紙包み焼は仕上げをオープンで行うため、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

- ・魚の骨格や包丁の使い方を理解する。
- ・インボルティーニ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げ時の火の入り方を理解し調理できる。
- ・魚の3枚卸しができ、きれいなフィレが取れる
- ・インボルティーニが形よく、香ばしく焼きあがっている。
- ・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

- ・魚の骨格を理解し、包丁を入れられる。
- ・料理の仕上げ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。
- ・イサキがきれいに卸せている。
- ・インボルティーニ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かっている。
- ・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







時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3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。
- ・バーニャカウダの野菜それぞれの下処理を学ぶ。
- ・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みースを学ぶ。

ポイント

- ・ニンニクを茹でこぼしながら柔らかくし、バーニャカウダソースにする。
- ・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ソースを吸わせることでサルシッチャの風味の高いパスタに仕上げる。
- ・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。
- ・ニンニクのピューレとアンチョビを合わせた際水分を飛ばさないように火入れする。
- ・魚は両面しっかりと焼き色をつけ水を入れ煮込み、しっかりと沸いたところにオイルを入れ乳化させていく。
- ・サルシッチャは塩分濃度を計算しつくる。
- ・サルシッチャを香ばしく炒め、香りを高めソースにする。
- ・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

- ・バーニャカウダソースの作り方を理解する。
- ・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。
- ・み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。
- ・バーニャカウダソースを乳化した状態で仕上げられる。
- ・アクアパッツァのソースは水とオイルが分離せずに、しっかりと乳化している。
- ・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

- ・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。
- ・チョコレートの温度による状態変化を理解し調理できる。
- ・バーニャカウダの野菜が食べやすいサイズ、状態になっている。
- ・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。
- ・みースは冷やし固まっていて、なめらかなみース状に仕上がっていること。
- ・料理の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
<h1>Acqua Pazza</h1> <p>アクアパッツァ</p>

番号	分量
21	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
<b>《作り方》</b>	
<p>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。</p>	
<p>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。</p>	
<p>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。</p>	
<p>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。</p>	
<p>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、分量の水を注いでドラドラと煮立てる。</p>	
<p>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。</p>	
<p>7. 6の煮汁がとろりしたらパセリを加え、ひと煮して火を止め、器に盛る。</p>	
<p>8. 仕上げにちぎったバジリコを飾る。</p>	

材料・調味料	使用量
<b>《自家製ドライトマトの作り方》</b>	
<p>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)</p>	
盛付見本	

献立名
<b>Bagna cauda</b> バーニャカウダ

番号	分量
21	5人分

材料・調味料	使用量	
Aglio	1/2	株
Acciughe 50g	1/2	瓶
Latte	100	cc
Acqua	q. b.	
Olio Extravergine d'Oлива	q. b.	
1) 鍋に皮、芽を取り除いたニンニクを入れる。同量の牛乳と水をニンニクが浸かる程度注ぎ火にかけて5分程度沸騰させる。この作業を3回程度繰り返し、ニンニクの臭みを抜いて漉しにする。 2) 別鍋に1)とアンチョビー、同量のエクストラバージンオリーブオイルを入れ、火にかけて煮る。 3) 各種の野菜は食べやすい大きさに切る。 4) ブロccoli、グリーンアスパラ、カブは塩茹でする。 5) 皿に盛り付けて、ソースを添える。		

材料・調味料	使用量	
Peperone Rosso	1/2	p
Peperone Giallo	1/2	p
Violina Di Rugosa	1.5個	等分
Rapa	2	p
Finocchio	2株	等分
Pomodori	1人	1 p
Broccoro	1/2	株
Asparegi Verde	1人	1 本
Cicorina Belga	1/2	本
Carotine	1人	1 本
Sale e Pepe		
盛付見本		

献立名

## Spaghetti alla Salsiccia fatti in casa con le Verdure

自家製ソーセージとお野菜のスパゲティ

番号	分量
21	5人分

材料・調味料	使用量	
<b>【 Salsiccia 】</b>		
Carne di Maiale Macinata	320	g
Rosmarino	1/6	p/c
Salvia	1/6	p/c
Sale	3.84 (1.2%)	g
Pepe nero	1.6 (0.5%)	g

材料・調味料	使用量	
Spaghettoni	240	g
Salsiccia	320	g
Zucchina	1/2	本
KINUSAYA	20	枚
Asparagi	4	本
Sale		
Pepe nero		

献立名

## Spuma di Cioccolato

チョコレート mousse

番号	分量
21	5人分

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

材料・調味料	使用量	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3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。
- ・ムール貝の掃除の仕方、火入れを覚える。
- ・ポーピエットの意味、調理法について理解する。
- ・白ワインソースの作り方を覚える。
- ・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

- ・ムール貝の身が硬くならないように火入れする。
- ・サーモンの厚さが均一に広がるようにする。
- ・白ワインとフュメドポワソンをしっかりと煮詰め、深みを出す。
- ・ムール貝は身がふっくらと火が入るよう、時間等調節する。
- ・ムール貝は表面の藻や噛んでいる紐等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

- ・ムール貝の掃除から火入れに至るまでを理解できている。
- ・ポーピエットの整形から火入れまで理解できている。
- ・白ワインとフュメドポワソンが煮詰める際の味の変化を理解する。
- ・ムール貝の掃除、火入れ等を理解する。
- ・ポピエットの成形や作り方を理解する。
- ・バブ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、しっかりと火入れできている。
- ・白ワインソースのツヤ、コクがよい状態で仕上がっている。
- ・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、しっか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

- ・めん棒の使い方
- ・包丁セット
- ・筆記用具

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
<b>[Mousse de Homard] デモのみ</b>		
Homard	3	本
Quenelle de Poisson	1.2	kg
Crème	400	cc
Blanc d'Œuf	120	g
Noilly	100	cc
Sel.Poivre	少々	
<b>[Sauce Américaine] デモのみ</b>		
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	ヶ
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	
<b>[Sauce vin vin blanc]</b>		
Crème	150	cc
Vin blanc	120	cc
Noilly	120	cc
Fumet de Poisson	200	cc
Champignon	3	ヶ
Échalotte	1/2	ヶ
Jus de Citron	1/8	ヶ分
Beurre	30	g
Sel.Poivre	少々	
Thym	1	枝
Estragon(酢漬け)	1	枝
焼き海苔	1人1/2	枚
Velouté	15	g
IKURA	30	g
Cerfeuil	適量	
盛付見本		





時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3時間	講義	実習課担当職員

目的

- ・基本技術のおさらい。
- ・基本技術の習得率を確認する。
- ・基本技術の習得。
- ・実技試験へ向けての練習。

ポイント

- ・シャトー向きの持ち方と動かし方を確認する。
- ・包丁を丁寧に入れていく。
- ・玉葱に細かく包丁を入れる。
- ・シャトー剥きはナイフを止めない様に滑らかに動かす。
- ・ジュリエヌは厚さ、幅を揃えて切る。
- ・シャトー剥き、ジュリエヌ共に長さ5cmでそれぞれ大きさを揃える。
- ・アッシェは細かく包丁を入れ、しっかりと包丁を動かして切る。

教育到達点

- ・シャトー剥きを理解し実践できる。
- ・ジュリエヌの細さを理解し実践できる。
- ・アッシェの大きさと包丁の入れ方を理解している。
- ・シャトー剥きを理解し剥くことができる。
- ・ジュリエヌは細さを揃え切ることができる。
- ・アッシェが細かく切ることができる。

評価の目安と方法

- ・それぞれの切り方を理解し実践できる。
- ・シャトー剥きはフットボール型に大きさを揃えて剥ける。
- ・ジュリエヌは細さを揃え切れている。
- ・アッシェが細かく切り揃っている。

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

献立名

**Oignon Haché • Émincé/  
Carotte Julienne • Château**

玉葱 アッシュェ / 人参 ジュリエヌヌ・シャトー

番号

**23**

分量

1人分

材料・調味料	使用量	
Oignon	1	個
Carotte	1	本

材料・調味料	使用量	
盛付見本		

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3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。
- ・アンティパストについて。
- ・ジェノベーゼソースの作り方を学ぶ。
- ・イタリアの郷土料理を学ぶ。
- ・イタリアの郷土菓子を学ぶ。
- ・ジェノベーゼソースを学ぶ。
- ・ソフリットの作り方とその風味を学ぶ。
- ・ソフリットの味の変化とピネガーの風味の変化について学ぶ。
- ・パンナコッタの意味と、コーヒーの香りの移し方を学ぶ。

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。
- ・ソフリットをじっくりと炒め甘味とコクを出す。
- ・パンナコッタが泡立たないように冷やし、器に流し込む。
- ・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
- ・ソフリットは時間をかけて炒め甘味を出す。
- ・パンナコッタの生地が膜を張らないよう、生地が出来たら直ぐに粗熱を取る

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か。
- ・料理の作り方と煮込んでいくことによる状態の変化を理解する。
- ・液体に対するゼラチン量の違いによる、固さの違いを理解する。
- ・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。
- ・カチャトーラの煮込み方による味の変化と濃度を理解する。
- ・パンナコッタの名前の由来を理解し調理できる。

評価の目安と方法

- ・パスタを茹でるさい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作れる事ができる。
- ・料理の作り方と煮込んでいくことによる状態の変化を理解し実践できる。
- ・パンナコッタにコーヒー等の香りが移り、滑らかに固まっている。
- ・ジェノベーゼソースが香り良く仕上がっている。
- ・カチャトーラのソースの濃度と味が整っている。
- ・パンナコッタが柔らかく固まり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
<b>仔羊肉の煮込み カチャトーラ風</b>

番号	分量
<b>24</b>	5人分

材料・調味料	使用量	
仔羊ロース肉	600	g
塩・胡椒・小麦粉	適量	
オリーブ油	30 ~ 45	ml
ニンニク	1	片
白ワインビネガー	30 ~ 45	ml
白ワイン	200	ml
ケッパー	2	大さじ
黒オリーブ	12	粒
ブイヨン	200	ml
パセリ	適量	
ローズマリー	1 ~ 2	枝

材料・調味料	使用量	
<b>香味野菜</b>		
玉葱 (みじん切り)	1/4	個
人参 (みじん切り)	1/5	本
セロリ (みじん切り)	1/5	本
ニンニク (みじん切り)	1	片
オリーブ油	30	ml
白いんげん豆	100	g
レモン汁	1/8	個
さやいんげん (細め)	12	本
完熟トマト	4 (小)	個
バター	2	大さじ

**【作り方】**

- ①フライパンにオリーブ油とニンニクのみじん切を入れ弱火にかけ、香りが立ったら香味野菜を加え、きつね色になるまでゆっくりと炒める。
- ②仔羊肉は大きめの一口大に切り、塩・胡椒をふって小麦粉を薄くまぶす。
- ③ニンニク 1 片は半分に切り軽くつぶし、オリーブ油をひいた鍋で炒める。香りが立ったら②を入れ、表面に焼き色を付ける。焼き油を捨て、白ワインビネガーと白ワインを注いで煮立て、ケッパー・黒オリーブ・①の野菜を加える。
- ④ブイヨン・パセリのみじん切・ローズマリーを加え、蓋をして 180℃のオーブンで 30 分煮込む。
- ⑤④を中火にかけ、白いんげん豆を加えて軽く煮、塩・胡椒で調味する。
- ⑥さやいんげんは長さを半分に切ってさっと茹で、トマトはヘタと皮を除いてくし形に切る。それぞれバターで炒め、塩・胡椒で調味する。
- ⑦器に⑤と⑥を盛り合わせ、パセリをふる。

盛付見本

献立名

# Linguine piccole alle vongole pesto con pesto alla genovese

アサリとジェノベーゼの Pasta

番号	分量
24	5人分

材料・調味料	使用量	
パスタ (リングイーネピッコロ)	240	g
オリーブ油	90	ml
にんにく (みじん切り)	1.5	片
鷹の爪	1.5	本
あさり	480	g
白ワイン	130	cc
じゃが芋	1.5	個
さやいんげん	9	本
ジェノベーゼソース	60	cc
パセリ (みじん切り)	適量	
胡椒	少々	

材料・調味料	使用量	
<b>Pesto genovese ジェノベーゼソース</b>		
バジリコの葉	50	g
松の実	70	g
クルミ	30	g
にんにく (みじん切り)	1	片
塩、白胡椒	各適量	
オリーブ油	1	カップ
パルミジャーノチーズ	30	g
盛付見本		



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+3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。
- ・ローストした後の鳩の卸し方。
- ・キャビアの種類。
- ・ホタテの下処理と、構造を学ぶ。
- ・ブ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

- ・ブルブランソース 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卸さず10分くらいおく。
- ・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

- ・ジビエとはなにか理解する。
- ・帆立貝の掃除ができる。
- ・分離する事なくブルブランがつかれる。
- ・帆立貝の構造を理解し貝柱を外す事が出来る。
- ・ブ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、卸しが出来る。
- ・シャンピニオンデュクセルを良い状態で仕上げる事が出来る。

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。
- ・帆立貝から貝柱を外す事が出来る。
- ・ブルブランソースの濃度と味のバランスが取れている。
- ・鳩の成形が出来、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

**Crapaudine de Pigeon au Foie-Gras et aux Pommes Paillasson**

鳩のローストとフォアグラ ポテトパイヤソン添え

番号

分量

**25**

5人分

材料・調味料	使用量
Pigeon	1人1/2羽
Foie-Gras	1人1/2枚
Champignon de Paris	1 バック
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

材料・調味料	使用量
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وندヴォライユでデグラッセしながら煮詰める。味を調べバターモンテする。	
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)にナップする。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) ジャガ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エにする。	
2) フライパンにバターを多めに溶かし、ジャガ芋を入れトリュフを振り、更にジャガ芋で覆う。スプーンの背で押さえ、しっかりと円形にする。焼き上がった後裏返し両面を焼いて火を通す。	
※ジャガ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	



時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3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。
- ・鶏の手羽を使った濃厚なソースの作り方を学ぶ。
- ・ブイヤベースの成り立ちと作り方
- ・スフレの原理を学ぶ。
- ・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。
- ・ブイヤベースを作る際の魚の下処理法。
- ・メレンゲを利用しスフレを焼き上げる。

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か。
- ・様々な魚を使い濃厚なスープをつくる。
- ・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。
- ・ストーブ鍋を利用し鴨を香ばしく焼き上げる。
- ・手羽をしっかり炒めながらフォンを少量ずつ数回に分けて味を引きだしていく。
- ・しっかりと魚を炒め香辛料と共にしっかりと煮だす。
- ・メレンゲをしっかり立て、泡をつぶさぬように混ぜ合わせる。

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。
- ・ブイヤベースの作り方とポイントを理解する。
- ・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。
- ・ソースの濃度と味がどのように変化するか確認できている。
- ・鴨をロゼに焼き上げることができる。
- ・ブイヤベースの濃厚なスープを作れる。
- ・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

- ・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。
- ・ブイヤベースの作り方とポイントを理解する。
- ・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。
- ・鴨がロゼに焼き上がり、濃厚なソースができている。
- ・ブイヤベースの味を覚えることができる。
- ・スフレが真っすぐ上に膨らみ焼きあがっている。

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
<b>Canard rôti à la garniture Choisy-le-Roi, sauce vin rouge</b>
鴨胸肉のポワレ ショワジールの付け合わせ 赤ワインソース

番号	分量
<b>26</b>	5人分

材料・調味料	使用量	
<b>[Canard rôti]</b>		
Canard	250	g
Sel	少々	
Huil d' olive	少々	
Ail	3	g
Beurre	20	g
<b>[Sauce vin rouge]</b>		
Ailrons de vollaile	300	g
Carotte	50	g
Oignon	50	g
Ail	1/2	片
Bouillon de vollaile	600	ml
Vin rouge	600	ml
Beurre	20	g
<b>[Purée de laitue romainée] デモ</b>		
Epinard	100	g
Laitue romaine (外葉)	250	g
<b>[Laitue romaine marinée]</b>		
Laitue romaine	120	g
Huile de olive ex	少々	
Sel	少々	

材料・調味料	使用量	
<b>[Laitue romaine farcie]</b>		
Carotte	20	g
Oignon	40	g
Celeri	20	g
Graisse de canard (端材)		
Poivre noir	少々	
Sel	少々	
<b>[Laitue de romaine marinée] 茎部</b>		
Canard rôti (端材)	40	g
Puree de laitue romaine	10	g
<b>[Laitue de romaine marinée] 葉部</b>		
<b>[Confit de pomme de terre]</b>		
Pomme de terre	2	個
Huile d'olive	少々	
Thym	少々	
Ail	2	片
Persil	少々	
Sel	少々	
盛付見本		

献立名

# Bouillabaisse

ブイヤベース

番号

26

分量

5人分

材料・調味料	使用量	
<b>[ブイヤベースソース] 500ml</b>		
オリーブオイル	150	cc
ニンニク	60	g
オニオン	200	g
キャロット	80	g
鯛のガラ	1	kg
トマトペースト	80	g
白ワイン	500	cc
サフラン	0.5	g
水	500	cc
八角	2	個
<b>[魚介]</b>		
鯛の切り身	100	g
海老 (天使の海老)	2	尾
帆立	1	個
蛤	2	個
サフランパウダー		
ピーマンエスプレッド		
オリーブオイル		
白ワイン		
塩		

材料・調味料	使用量	
<b>[付け合わせ]</b>		
ポテト	1	
セロリ	100	
エキストラバージン	少々	
イタリアンパセリ	少々	
ニンニクすりおろし	少々	
レモン		
タイム		
ローリエ		
オレンジ		
<p>① 鍋にオリーブオイルを入れて、1/2 にカットし芯を取り除いたニンニクを加えて、火にかけゆっくり火を入れる。オニオン・キャロットのスライスを加えて汗をかかせながら甘味が出るまで良くソテーしトマトペースト・サフランパウダーを加えて香りを出しながら更にソテーする。ボールにソテーした野菜を取り出しニンニクだけをホイッパーでよく潰して全体を混ぜ合わせる。</p> <p>② ①の鍋を洗わずに、細かくカットした鯛のガラを加えてガラにしっかりと火が入るまでソテーする。水分が引きなべ底に絡むようになったら①の野菜・白ワイン・水・スターアニス・潰したオレンジを加えて味が十分に出るまで約30分程煮込む。ストレーナーやザルでしっかりと漉す。</p> <p>③ 魚介は、鯛は50gのフィレにカット、海老は友党のまま殻を剥き、ホタテは横に1/3にカット、蛤はよく洗っておく。これらをボールに入れ、サフランパウダー・ピーマンエスプレッド・白ワイン・オリーブオイル・塩を加えて軽くマリネする。</p> <p>④ 鍋にオリーブオイルを入れてセロリのスライスをソテーし②のソースを加える。5mmのスライスにカットしたジャガイモを加え火が入ったら③のマリネした魚介類を加えて火を入れる。仕上げにすりおろしたニンニクを加えてパセリを飾る。</p>		



時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3時間	講義	実習課担当職員

目的

- ・パイ生地の扱い方を学ぶ。
- ・カスタードクリームの炊き方を学ぶ。

ポイント

- ・パイ生地はすぐに柔らかくなるので素早く作業する。
- ・ミルフィーユの時のパイ生地の焼き方を覚える。
- ・パイ生地を正確にカットする。

教育到達点

- ・カスタードクリームの炊き方をしっかり把握している。
- ・材料を合わせる順番が理解できている。

評価の目安と方法

- ・ミルフィーユのサイズが全てそろっているか。
- ・カスタードクリームがしっかりと炊けているか。
- ・美しく皿盛りされているか。

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。
- ・めん棒の使い方。

献立名

**Millefeuille avec glace caramel au sel /  
Feuilletage rapide**

ミルフィーユ 塩キャラメルアイスと共に/フィユタージュ ラピッド (アマユーズパイ)

番号	分量
<b>27</b>	5人分

材料・調味料	使用量	
<b>Crème pâtissière</b>		
lait	300	g
jaunes d'œufs	75	g
sucre semoule	75	g
farine	12	g
poudre a crème	18	g
vanille		
beurre	20	g
feuille de gelatine	3	g
crème 45%	100	g
<b>Feuilletage rapide (アマユーズパイ)</b>		
farine	19	g
farine de force	19	g
beurre	28	g
eau froide	19	g
sel	0.5	g
un peu de sel		
un peu de poivre noir		
parmesan	45	g
un peu de dorure		

材料・調味料	使用量	
<b>Glace caramel au sel</b>		
jaunes d'œufs	5	p
sucre semoule	58	g
lait	420	g
eau	33	ml
sucre semoule	65	g
sel	3	g
<b>Finition</b>		
mangue	1/2	p
sucre glace		
feuillantine		
盛付見本		

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	グラシュー 牛フィレ肉の獵師風

回数	時間数	授業の方法	担当者名
1回	1時間+3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。
- ・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為の火の入れ方。
- ・赤ワインの煮詰め方とソースの作り方。

ポイント

- ・牛フィレ肉をコ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。
- ・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

- ・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事ができる。
- ・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。
- ・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事が出来る。
- ・ソースを煮詰め味を凝縮し仕上げる事ができる。

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。
- ・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	番号	分量
<b>Filetto e manzo alla Cacciatora</b> 牛フィレ肉の猟師風	<b>28</b>	5人分

材料・調味料	使用量		材料・調味料	使用量	
Filetto e manzo	100×3	g			
Aglione	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				
Patata	1	個			

献立名	番号	分量
<b>Gulasch</b> グラシュー	<b>28</b>	5人分

材料・調味料	使用量		材料・調味料	使用量	
Filetto e manzo	300	g	Polenta	50	g
Sale Pepe	適量		Acqua	200	cc
Cipolla	1/2	個	Latte	150	cc
Carota	1/3	本	Burro	20	g
Sedano	1/2	本	Sale Pepe	適量	
Aglione	1	片			
Salvia	1	枝			
Vino rosso	200	cc			
Succo di carne	100	cc			
Olio d'oliva	適量				

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	オマール海老のテルミドール 鴨のアリュメット

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

目的

- ・オマール海老の砂袋と背ワタの掃除について。
- ・ベシャメルソースの作り方。
- ・鴨モモ肉の掃除について。
- ・料理名のアリュメットについて。
- ・オマール海老の火入れについて。
- ・グラティネについて。
- ・パイを細長く整形する。

ポイント

- ・小麦粉をバターでしっかり炒める。
- ・温度差を利用してベシャメルソースを作る。
- ・ファルスをしっかり冷まして包む。
- ・オマール海老に火が入りすぎないようにする。
- ・酒類やフォンをしっかり煮詰める。
- ・ファルスの食材をしっかり火入れし、まとめる。
- ・卵黄を均一に塗り、焼き上げる。

教育到達点

- ・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。
- ・パイシートは冷たい状態で扱える。
- ・パイを香ばしく焼き上げられる。
- ・グラティネにする際、ソースの濃度が適正である。
- ・アリュメットに整形し、色よく焼き上げる。

評価の目安と方法

- ・料理の名称の意味を理解し、形や使われる食材を理解する。
- ・ベシャメルソースの作り方を理解して調理できている。
- ・鴨のモモ肉をそうじできる。
- ・テルメドールが色よく焼きあがっている。
- ・アリュメットが形よく、色ムラなく焼きあがっている。
- ・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
<h2>Langouste Thermidor</h2> <p>伊勢海老 テルミドール</p>

番号	分量
29	5人分

材料・調味料	使用量	
Langouste	1人 1/2	本
Champignon	8	個
Échalote	40	g
Beurre	30	g
Vin blanc	100	cc
Cognac	50	cc
Crème	150	cc
Moutarde	15	g
Parmesan	15	g
Oignon	1/4	個
<b>«Sauce Béchamel»</b>		
Farine	25	g
Beurre	25	g
Lait	250	cc
Pomme Anglaise	小 2	個
Jaune d'Oeuf	2	個

①伊勢海老は8分間茹でる。身はスライスに切る。

②エシャロットアツシエ、シャンピニオンはカルチェに切る。

③エシャロット、シャンピニオン、玉ねぎ、伊勢海老をバターソテーし、ブランデーでフランベし、白ワインでデグラッセし、マスタードを加えソースで少々煮込み、伊勢海老の殻に詰める。その上にソースとチーズをかけ、オーブンでグラチネする。

④ソース：ベシャメルにフュメ、白ワイン、生クリームを加えマスタードを加えバターモンテシ味を調える。

盛付見本

献立名

## Allumettes de Canard

鴨のアリュメット

番号

29

分量

5人分

材料・調味料	使用量	
Feuilletege	250	g
<b>鴨のファルス</b>		
Canard (Cuisse)	1/2	枚
Petit salé	45	g
Foie-gras	3	枚
Épinard	1/4	パック
Échalote	30	g
Crème fraîche		
Œuf	1	個
Thym/Laurier	少々	
Cognac	少々	
Persil	少々	
Cayenne	少々	

- ①フォアグラを強火で両面焼く。塩漬け豚はブランシールして炒める。これらと共に鴨もミンチにかける。
- ②ハウレン草はポイルして①と合わせ残りの材料を加え味を調える。
- ③フィユタージュは2等分にして、片方は底にする。片方は中央に切り込みを入れる。
- ④底のほうに②をのせて、フィユタージュの外側に卵黄を塗り、上方をのせ全体に卵黄を塗り190℃のオーブンに入れ20分位焼く。

パイメーク 上 300×100mm  
底 300×80mm

盛付見本



時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3時間	講義	実習課担当職員

目的

- ・それぞれの海の幸の下処理を出来るようになる。
- ・ドレッシングの作り方を学ぶ。
- ・トリッパという食材を知る。
- ・ソースポロネーゼ(ミートソース)を美味しく作れるようになる。
- ・お米のデザートを作れるようになる。
- ・それぞれのシーフードごとに適切な火入れが出来るようになる。
- ・ドレッシングが美味しく上手に作れるようになる。
- ・ミートソースが作れるようになる。
- ・リゾットをババロアに仕上げられるようになる。

ポイント

- ・それぞれのシーフードの火の通し方。
- ・野菜の甘味を引き出す様に炒める事。
- ・赤ワインの煮詰め方。
- ・塩をするタイミングをつかむ。
- ・味のバランスを大切にする事(ババロアのシナモン、オレンジ、バニラ)。
- ・シーフードごとにクールブイヨンで、それぞれに合った火入れをしていく。
- ・ソフリットにはじっくり時間をかけ焦がすことなく甘味を引き出し、赤ワインは急がずしっかり煮詰めていく。
- ・リゾットはとろとろしていながら米粒のプツプツした食感を残して仕上げていく。

教育到達点

- ・シーフードの火入れと味の付け方をマスターする。
- ・しっかりとしたコクのあるポロネーゼを作る事が出来る。
- ・ババロアというデザートを理解出来ている。
- ・皿の盛り付けまで完璧に仕上げる事が出来る。
- ・シーフードごとの火入れが適切で、彩りよく盛り付けが出来ている事。
- ・ポロネーゼのコクをしっかりと出せていて、トリッパやパスタと調和が取れている事。
- ・ババロアとしての口当たりが美味しく仕上がっている事。
- ・ソースと食材とのバランスを理解して盛り付けがされている事。

評価の目安と方法

- ・シーフードの火入れが適切であると味が乗り、全体のバランスが整う事を理解している。
- ・ポロネーゼの風味、味、ツヤが上手に仕上がる事で、パスタとしてのバランスが整うことを理解している。
- ・リゾットを甘くて冷たいババロアのイメージに仕上げる事で、デザートとして成り立つことを理解している。
- ・シーフード、野菜、ドレッシングのバランスが取れている。
- ・ポロネーゼのコクがしっかりと出ている、トリッパやパスタと調和している。
- ・ババロアとしての口当たりを美味しく仕上げ、香りのバランスが上手に取れている。
- ・ソースと食材がバランスよく盛り付けられている。

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
<b>In Salata futti di Mare</b> 海の幸のサラダ

番号	分量
30	5人分

材料・調味料	使用量	
Polpo (タコポイル)	2	本
Calamaretti (ヤリイカ)	1	本
200 ~ 300g		
Gamberetti (41 ~ 50)	12	本
Vangole (アサリ)	400	g
Conchiglia (ホタテ FZ)	4	p c
Peperone Verde (緑)	1/2	個
Peperone Rosso (赤)	1/2	個
Peperone Giallo (黄)	1/2	個
Perzzemolo (イタパセ)	1/2	p c
Cipolla Rosso (赤玉ねぎ) スライス	1/2	個
Rucola (ミニセルバチコ)	1	p c
Olio d'Oiva EX		
Vino Bianco (白ワイン)		

材料・調味料	使用量	
《Sauce》		
Olio EX d'Oлива	100	c c
Aceto di Vino Bianco	15	c c
(白ワインビネガー)	15	c c
Aceto di Xévé (シェリービネガー)	10	c c
Succo di Limone (レモン汁)	3	枚
Acciughe Sott'Olio (アンチョピ)	1	個
Aaglio (Hachè) (ニンニク)	1/2	個
Peperoncino (赤唐辛子)		
Sale / Pepe		
盛付見本		

献立名

# Paglia e fieno al ragù e trippa

トリッパ入りのミートソース ポロネーゼ風

番号

分量

30

5人分

材料・調味料	使用量	
Came macinata (合挽)	300	g
Cipolla (Tritare)	1	p
Carota (Tritare)	1/2	p
Sedano (Tritare)	1	p
Aglio (Tritare)	1	p
Farina (強力粉)	5	g
Funghi porcini (ポルチーニ)	10	g
Vino Rosso (赤ワイン)	150	cc
Pomodoro (水煮缶 ダイスカット) 1/2缶	200	g
Ketchup (ケチャップ)	40	g
Sugo di Carne(Fond de Veau)	150	cc
Sale / Pepe		
Burro (バター)	30	g
Parmigiano (パルメザン)	20	g

材料・調味料	使用量	
Rigatoni	180	g
Trippa	1クラス2	kg
Laurier	1/2	枝

献立名

# Rice Bavarois

お米“こしひかり”のパバロア

番号

分量

30

5人分

材料・調味料	使用量	
Lait	100	cc
Cannelle	1/2	本
Vanille	1/4	本
Orange (皮)	少々	
Rice	30	g
Fresh Crème	150	cc
Sucre	30	g
Gélatine (ゼラチン21)	1	g
Lait	80	cc
Fresh Crème	60	cc

材料・調味料	使用量	
<b>《Sauce Anglaise》</b>		
Lait	300	cc
Fresh Crème	200	cc
Vanille	1	本
Jaune d' œuf	140	g
Sucre	65	g



時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3時間	講義	実習課担当職員

目的

- ・野菜の同じ硬さになるように火入れする。
- ・バランスよくテリーヌ型に詰める。
- ・エシャロットのピネグレットソースを作る。
- ・牛ホホ肉の下処理から煮込みまでを理解する。
- ・玉葱を丸ごと火入れする。
- ・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

- ・テリーヌ型に詰める際、断面を想像しながら詰める。
- ・ブイヨンにゼラチンを加えたものを流し込み、形を整える。
- ・牛ホホ肉はしっかり焼き色をつけてから煮込む。
- ・圧力鍋で煮込むので最初にしっかりとエキユメする。
- ・野菜の下処理で、全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。
- ・圧力鍋で作る為、エキユメする事が出来ないので、最初の段階で良くエキユメしておく。
- ・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

- |                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>・テリーヌをきった際、野菜がバランスよく仕上がっている。</li> <li>・料理がバランスよく盛り込めている。</li> <li>・牛ホホ肉が柔らかく煮込め、ソースがツヤ良く仕上がっている。</li> <li>・グラッセが玉葱の甘みを引き出せる。</li> <li>・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事が出来る。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・オニオンのグラッセを甘みとツヤ良く仕上げられる。</li> </ul> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

評価の目安と方法

- ・テリーヌの盛り込みがバランスよく盛り込まれている。
- ・牛ホホ肉が柔らかく、付け合わせもバランスよく仕上がっている。
- ・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
<p><b>Joue de Bœuf Braisie au Vin Rouge</b>                      牛ホホ肉の赤ワイン煮込み ロースト野菜と共に</p>

番号	分量
31	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
<b>[Marmite à Pression]</b>		
Bacon	30	g
Oignon	1	ヶ
Ail	1/2	片
Vin Rouge	80	cc
Porto Rouge	80	cc
Jus Mariné	100	cc
Fond de Veau	500	cc
Bouillon	100	cc
Thym	3	枝
Laurier	1/2	枚
Tomate	1	ヶ
Sel.Poivre	適量	
<b>[Garniture]</b>		
Oignon S	1人1/2	ヶ
Pomme de Terre (ニューポテト)	1人2	ヶ

材料・調味料	使用量	
<b>[Jus Mariné]</b>		
Vin Rouge	適量	
Mirepoix	適量	
<b>[Gastrique]</b>		
Sucre	20	g
Vin rouge	20	cc
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

31

分量

5人分

材料・調味料	使用量	
Chou	外側3	枚
Carotte	1	本
Brocoli	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	5	枚
<b>[Sauce "SHUNGIKU" Mayonnaise] (1クラス)</b>		
Mayonnaise	500	g
Crème	適量	
SHUNGIKU	2	束
Epinard	1	束
Sel.Poivre	少々	
<b>[Échalotte Dressing]</b>		
Échalotte	1/4	ケ
Moutarde	10	g
Vinaigre de Xère	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
<b>[Garni]</b>		
Tomate (Fruite)	2	ケ
KURO MIZUNA	1/3	バック
<b>[デモ]</b>		
Huil de Vert		
Crème de Balsamique		
盛付見本		



時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3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について。
- ・イタリア米について。
- ・ミラノ風の名前の由来について。
- ・硬い肉を柔らかく食す方法。
- ・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。
- ・サフランの色と香りの出し方について。
- ・ソフリットの甘みの出し方。

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。
- ・野菜を切りそろえ、ソフリットを作る。
- ・赤ワインの煮詰まり方によるコクの出方。
- ・リゾットを作る時の火加減に注意をし、焦がさない様必要以上の水分を使わない様に調節する。
- ・米を入れてからかき混ぜすぎない様注意をし、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。
- ・サフランは乾燥させブイヨンに煮だす。
- ・赤ワイン煮のソースはしっかりと煮詰める。

教育到達点

- ・一粒一粒がでんぷん質でくっつかない様に仕上げ、仕上がりが硬すぎない、また柔らかくならない様にする。
- ・ソースをしっかりと煮詰める。
- ・味のバランスが取れる。
- ・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。
- ・牛肉を柔らかく煮込めている。

評価の目安と方法

- ・リゾットの火加減の調節が出来ていて、仕上がりの濃度の加減が適正か。
- ・肉や柔らかく仕上がっているか。
- ・リゾットのお皿に盛られた時の状態が適切であるか。
- ・アルデンテに仕上がっているか。
- ・赤ワイン煮のソースがツヤ良く仕上がっているか。

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
<b>Risotto alla Milanese</b> ミラノ風リゾット

番号	分量
32	5人分

材料・調味料	使用量	
Riso	150	g
Cipolla	1	個
Burro (Mantecare込み)	40	g
Burodo	400	cc
Zafferano	少々	
Grana Padano	30	g

材料・調味料	使用量	

献立名
<b>Risotto al Barolo Brasato di Manzo</b> 赤ワインのリゾット/牛の赤ワイン煮

番号	分量
32	5人分

材料・調味料	使用量	
Riso	200	g
Cipolla (150g)	1	個
Burro (Mantecare込み)	40	g
Barolo (Vino Rosso)	150	cc
Brodo	600	cc
Parmigiano reggiano	40	g
EXV Olio d'Oliva	30	cc

材料・調味料	使用量	
Manzo (ろうか)	200	g
Cipolla	1/2	個
Carota	1/4	本
Sedano	1/3	本
Salvia	1	枚
Rosmarino	1/2	枝
Aglio	1/2	片
Garofano	1	本
Barolo (Vino Rosso)	150	cc
Succo di Carne	150	cc
Olio d'Oliva	適量	
Sale Pepe	適量	

時間数

授業の方法

担当者名

1回

1時間+3時間

講義

実習課担当職員

目的

- ・ フランス菓子に欠かせない基本の生地の作り方を覚える。
- ・ 基本的なムースの作り方を覚える。

ポイント

- ・ キメの細かいなめらかなメレンゲをつくる。
- ・ ムースの材料の生クリームのとて方に注意する。

教育到達点

- ・ しっかりとしたビスキュイジョコンドが焼けた。
- ・ ムースの合わせ方を理解した。

評価の目安と方法

- ・ 軽くふんわりした食感のムースになっている美しく皿盛りされているか。

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

献立名

**Mousse de fraise et coulis de fraise  
avec sorbet de chocolat**

苺のムース 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
<b>33</b>	5人分

材料・調味料	使用量	
<b>Biscuit joconde</b>		
œufs	100	g
sucre glace	75	g
poudre d'amandes	75	g
farine	20	g
blanc d'œufs	70	g
sucre semoule	25	g
<b>Mousse de fraise</b>		
fraise (冷凍でも可)	100	g
sucre semoule	50	g
eau	10	g
jus de citron	5	g
<b>Finition</b>		
fraise	15	p
feuille de menthé	5	p

材料・調味料	使用量	
<b>Sorbet de chocolat amère</b>		
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
<b>Tuiles dentelle chocolat</b>		
beurre	28	g
sucre glace	38	g
eau	14	g
poudre de cacao	3	g
farine	12	g
amande hachée(16割)	38	g
盛付見本		

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	魚のオマール海老添え パート包み ムール貝のスープ サフラン風味

時間数	授業の方法	担当者名
1回	1時間+3時間 講義	実習課担当職員

目的

- ・オマール海老の掃除の仕方と火入れ。
- ・パートフィローの使い方を学ぶ。
- ・ムール貝の掃除と火入れを学ぶ。
- ・サフランについて学ぶ。
- ・魚の三枚卸しとオマール海老の掃除。
- ・パートフィローの焼き方。
- ・アメリカンソースの作り方。
- ・ムール貝の掃除。

ポイント

- ・魚を卸すとき包丁を大きく使う。
- ・オマール海老の部位と掃除の仕方をしっかりと確認する。
- ・ムール貝をポッシェした時のジュースは塩味が強いいため確認する。
- ・キンキはフィレにした後詰め物ができるように開く。
- ・オマール海老は殻からこそげるように身をとる。
- ・タコ糸でしっかりと整形しリソレする。
- ・パートフィローにはクラリフェをしっかりと塗る。
- ・ムール貝のジュースの塩味を確認し加える。

教育到達点

- ・魚の三枚おろしを理解する。
- ・オマール海老の部位を理解する。
- ・ムール貝の掃除、火入れを理解する。
- ・魚の三枚おろしができる。
- ・アメリカンソースの作り方を理解する。
- ・パートフィローの特徴を理解し焼き上げる。
- ・サフランの風味を引き出すことができる。

評価の目安と方法

- ・魚介類の部位とした処理を理解し調理できる。
- ・サフランの貴重性、使い方を理解し調理できる。
- ・魚をきれいに卸すことができる。
- ・パートフィローが形。焼き色ともによく仕上がっている。
- ・ムール貝の身を固くすることなく火入れできている。
- ・料理の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
<h2 style="margin: 0;">Soupe de Moules en Safran</h2> <p style="margin: 0;">ムール貝のスープ サフラン風味</p>

番号	分量
34	5人分

材料・調味料	使用量	
Moule	1	kg
Vin blanc	150	cc
Ail	10	g
Oignon	1/2	ヶ
Carotte	1/3	本
Poireau	1/6	本
Fumet de poisson	600	cc
Tomate	1/2	ヶ
Safran	少々	
Bouquet garni	1	本
Crème	100	cc
Beurre	30	g
Ciboulette	適量	

材料・調味料	使用量	

献立名
<h2 style="margin: 0;">Filet de "KINKI" aux Homards en Pâte à Philo</h2> <p style="margin: 0;">キンキのオマール海老添え パート込み</p>

番号	分量
34	5人分

材料・調味料	使用量	
Poisson	1人1/2	本
Homard	1	本
SIMIJI (Blanc)	1	pc
Coriandre	30	枚
Pâte à Philo	5	枚
Beurre Clarifié	60	g
Bacon	30	g
Courgette	1	本
Crème	60	cc
Huile d'Olive	50	cc
Ail	1	片
Oignon	1/4	ヶ
Tomate	2	ヶ
Tomate Concentré	5	g
Eau	100	cc

材料・調味料	使用量	
Beurre	4	ヶ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3時間	講義	実習課担当職員

目的

- ・ししゃもの火の通し方とマリネの方法を学ぶ。
- ・サルサプッタネスカの作り方を学ぶ。
- ・豚肉の下処理とパネ・ソテーの仕上げ方を学ぶ。
- ・フリッタータの作り方を学ぶ。
- ・ししゃもの火の通し方とマリネの方法をマスターする。
- ・サルサプッタネスカを作れるようになる。
- ・豚肉を適切に処理して、パネ・ソテーをきれいに出来るようになる。
- ・フリッタータを作れるようになる。

ポイント

- ・ししゃもは、ソテーしたら温かい内にサルサプッタネスカでマリネする事。
- ・豚肉の筋切りを丁寧に行う事。
- ・豚肉には火を入れ過ぎないように、適量のバターとオリーブオイルで色よくソテーしていく事。
- ・フリッタータはふんわり柔らかく焼き上げ、具材のズッキーニはあえて噛みしめる事で風味が出るように切り方に注意すること。
- ・ししゃもは腹を割らないように良く注意してソテーし、素早くマリネ出来るようソースはあらかじめ用意しておく。
- ・豚肉の筋切りはしっかり確実に行い、パネの時は小麦粉をしっかり振り落としてから卵につけ、パン粉をままぶしたら包丁の峰できれいに格子模様をつける。
- ・きれいに焼き上がるよう、ソテーは油量が少なくならないように上手く調節する。
- ・フリッターの具材はあらかじめ8割方火を通しておき、卵と合わせる時は卵のこしを切らないようにサクリと混ぜ合わせる。
- ・良く温めたフライパンに一気に加え、中心をかき混ぜつつ、固まってくる縁を内側に寄せながら焼き上げる。

教育到達点

- ・サルサプッタネスカの作り方を理解し、魚を漬け込むタイミングをつかむ。
- ・豚肉の下処理を理解し、筋切りをしっかりと行える。
- ・パネアングレーズを素早く上手に行い、きれいに焼き上げられる。
- ・フリッタータをふんわりと柔らかく仕上げ、尚且つきれいに丸く焼き上げられる。
- ・ししゃもの形を崩すことなく焼き上げ、マリネもタイミング良く行えている事。
- ・豚肉が反り返ることなく焼き上がり、パン粉の格子模様がきれいに浮き上がり仕上がっている事。
- ・フリッタータを丸く上手に裏返し、ふっくらと色よく焼き上げられている事。

評価の目安と方法

- ・サルサプッタネスカとししゃもの味わいの調和を理解出来ている。
- ・豚肉の下処理法とパネアングレーズの上手な焼き上げ方を理解出来ている。
- ・フリッタータのまとめ方と返し方を理解している。
- ・ししゃもにしっかりサルサプッタネスカの味が浸み込んでいる。
- ・豚肉のカツレツがムラなくきれいに焼き上がっている。
- ・フリッタータの焼き色がまんべんなくきれいに付いていて、ふっくら丸く仕上がっている。

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

**Frittatta di bianchetti Zucchine**  
白魚とズッキーニのフリッタータ

番号	分量
35	5人分

材料・調味料	使用量	
Zucchine	1/2	本
Cipolla (emince)	1/2	個
Uovo	3	個
Pecorino	10	g
Parmigiano	10	g
Bianchetti (白魚)	100	g
Basilico	3 ~ 4	枚
Sale / Pepe		

材料・調味料	使用量	

献立名

**Pesciorino "SHISHAMO" pieno di nova al burro Sails alla puttanesca**  
ししゃものバター焼き サルサプッタネスカ

番号	分量
35	5人分

材料・調味料	使用量	
SHISHAMO	1人 3	本
Farina(強力粉)	少々	
Olio d' Oliva	10	g
Burro	10	g
Sale / Pepe		

材料・調味料	使用量	
«Salsa puttanesca»(プッタネスカソース)		
Pomodoro (Frutta)	2	個
Capperi	10	g
Oliva Nera	10	g
Acciuga	3	枚
Prezzemolo	1/3	p c
Olio d' Oliva(EXV)	90	c c
Sale / Pepe		
Cipolla Rossa(スライス)	1/2	個
Uovo	1	個





時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3時間	講義	実習課担当職員

目的

- ・ポーチドエッグの作り方をまなぶ。
- ・野菜のみじん切りを通し切り方の技術向上。
- ・ブレゼという調理法について学ぶ。
- ・地方料理の土地柄による調理法の特徴を学ぶ。
- ・ポーチドエッグの調理法を学ぶ。
- ・野菜のいため具合による味の変化の確認。
- ・ブレゼの調理法を学ぶ。

ポイント

- ・赤ワインの入ったお湯をやさしく沸かし卵を入れる。
- ・野菜をじっくりと炒め野菜の甘みを引き出す。
- ・バラ肉を柔らかくなるまで蒸し煮にする。
- ・赤ワインの入ったお湯をやさしく沸かし卵を入れ、卵がよい硬さになるまで優しく火入れする。
- ・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。
- ・豚バラ肉に香ばしい焼き色をつけ、優しく蒸し煮にする。

教育到達点

- ・卵の火の入り方とポーチドエッグの作り方を学ぶ。
- ・野菜のいため方による味の変化を知る。
- ・ブレゼという調理法で火入れするとしっとり柔らかく仕上がることを知る。
- ・卵の形、硬さがよい状態で仕上げるができる。
- ・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ている。
- ・豚バラ肉がしっとり柔らかく火入れできる。

評価の目安と方法

- ・ポーチドエッグの作り方を理解する。
- ・炒め方による野菜の味の変化を理解する。
- ・ブレゼの利点を理解する。
- ・卵の形、硬さがよい状態で仕上がっている。
- ・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。
- ・ブレゼの味と肉の状態がよ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







時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3時間	講義	実習課担当職員

目的

- ・フルコースの最後の締めなどに提供される。
- ・色々なタイプの小さい焼き菓子を作る。

ポイント

- ・それぞれの焼き菓子ごとに成形の仕方が違うので注意する。

教育到達点

- ・焼き色や形が均一になっている。
- ・全ての材料を間違えずに計量できたか。

評価の目安と方法

- ・食感がよく、適度な焼き色がついている。
- ・種類ごとに大きさがそろっている。

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
<b>Petit Four Sec</b> 焼き菓子

番号	分量
<b>37</b>	5人分

材料・調味料	使用量	
<b>Sable coco サブレココ</b>		
beurre バター	150	g
sucre glace 粉糖	60	g
jaune d'œufs 卵黄	2	ケ
essence de vanille バニラエッセンス	少々	
farine 薄力粉	160	g
coco fin ココナッツファイン	150	g
sucre semoule グラニュー糖	適量	
<b>Chocolate chip cookies チョコチップクッキー 1個15g</b>		
farine 薄力粉	32	g
sucre glace 粉糖	13	g
poudre d'amande アーモンドパウダー	5	g
poudre de noisette ヘーゼルナッツパウダー	5	g
B.P ベーキングパウダー	1	g
B.S 重曹	0.4	g
beurre バター	20	g
chocolat chip チョコチップ	20	g
jaunes d'œufs 卵黄	5	g
crème (35%) 生クリーム (35%)	5	g

材料・調味料	使用量	
<b>Rigiere リジエール</b>		
sucre glace 粉糖	63	g
farine 薄力粉	18	g
farine de ris 米粉	158	g
beurre fermentation 発酵バター	150	g
jaunes d'œufs 卵黄	1	p
crème (35%) 生クリーム (35%)	10	g
sel 塩	1	g
<b>Croissant aux Noisette クロワッサン オノワゼット</b>		
beurre バター	63	g
sucre semoule グラニュー糖	43	g
blanc d'œufs 卵白	30	g
farine 薄力粉	75	g
poudre de noisette ヘーゼルナッツパウダー	44	g
※焼き上がり → sucre glace(粉糖)		
盛付見本		

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3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。
- ・帆立貝の火入と固さの関係をしる。
- ・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

- ・鶏腿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。
- ・帆立貝は火を入れ過ぎると固くなる為、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

- ・鶏を卸す際は骨に沿ってナイフを入れる。
- ・鶏腿肉の成形がキレイに仕上がっている。
- ・生クリーム濃度が丁度良く仕上がっている。
- ・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事が出来る。
- ・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。
- ・バターライスがバラバラに炊きあげる事が出来る。

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か。
- ・鶏腿は型良くバランスよく盛られているか。
- ・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







時間数	授業の方法	担当者名
1回	1時間+3時間 講義	実習課担当職員

目的

- ・野菜をベースにした料理のムースを学ぶ。
- ・クーリーというソースを知る。
- ・ブランケットという煮込み料理を学ぶ。
- ・ブルマニエの利用法とクルーテの技術を知る。
- ・ムースを歯触り良く滑らかに仕上げられるようになる。
- ・クーリーをマスターする。
- ・塊の具材を丁寧に美味しく煮込めるようになる。
- ・バターライスを上手に仕上げられるようになる。

ポイント

- ・冷やしてムースに仕上げるために必要なゼラチン量や泡立てたクリーム的重要性。
- ・クーリーの性質と特徴の理解、及びその作り方。
- ・ブランケットの下処理と調理法にその仕上げ方。
- ・ナスの皮を焼く時には、水分で破裂しないように竹串で穴を開ける。
- ・ムースに加えるゼラチンは、しっかり溶けきるように野菜のピューレが熱い内に加え、その後合わせる泡立てクリームが萎まないように、ピューレの粗熱はしっかり取ってから混ぜ合わせる。
- ・ストーブ鍋の蓋をしてブランケットは煮込み始めるが、途中からは外して水分を飛ばしていく。
- ・ブランケットのソースは具材が煮上がった後、丁度良い濃度と味わいになるまでしっかり煮詰める。

教育到達点

- ・ムースの歯応えがゼラチン量とクリームの泡立て加減に大きく左右されることを理解出来ている。
- ・クーリーの味わいや濃度の加減、またトマトとバジルの相性を理解出来ている。
- ・煮込みに於けるブーケガルニの必要性とブルマニエやクルーテの効果を理解している。
- ・ブランケットという料理の一般的な考え方とそのバリエーションを理解している。
- ・ムースが歯触り良く滑らかに仕上がっている。
- ・クーリーが美味しく仕上がっている。
- ・ブランケットの具材が柔らかく煮込めて、ソースも美味しく仕上がっている。
- ・バターライスがちゃんと炊けている。

評価の目安と方法

- ・ムースとはどういうものを理解している。
- ・クーリーとはどんなソースかを理解している。
- ・煮込みに於けるブーケガルニの必要性とブルマニエ・クルーテの効果を理解出来ている。
- ・ブランケットとフリカッセの違いを理解し説明出来る。
- ・ムースの状態が均一で、固さも適切に仕上がっている。
- ・ソースがクーリーと呼べる状態に仕上がっていて味わいも良い。
- ・ブーケガルニをしっかり作成し、クルーテも適切に出来ている。
- ・ブランケットの肉が柔らかく煮込まれていて、ソースの濃度も適切である。
- ・バターライスに芯や焦げがなく、程良い固さに仕上がっている。

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

# Blanquette de Veau à l'ancienne

田舎風ブラケットポォー

番号

39

分量

5人分

材料・調味料	使用量	
Veau 仔牛 (ストロップロイン)	600	g
Bouquet Garni	1	pc
Bouillon	1.2	L
Petit oignon (ペコロス)	1人1	個
Bruxelles (芽キャベツ)	1人1	個
Poireau (ポアロ)	1/2	本
Carotte (Sサイズ)	1	本
Champignon	4	個
Ail	2	個
Clou de girofle	4	片
<b>[Sauce] * Velouté de Veau</b>		
Farine	30	g
Beurre	30	g
Veau 煮込みから抜く	200~300	cc
Crème F	300	cc

材料・調味料	使用量	
<b>[Beurre Riz]</b>		
Riz	300	g
Oignon haché	1/2	pc
Beurre	30	g
Laurier	1/4	pc
Bouillon	300	cc
盛付見本		



時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3時間	講義	実習課担当職員

目的

- ・生パスタ生地の粉と水分の考え方について。
- ・料理名の意味を知り調理する。
- ・海老の殻を利用したソースについて。
- ・詰め物をした際の成形について。
- ・生パスタ生地の作り方について。
- ・生パスタ生地の成形と利用法について。
- ・食材の切り出しによる包丁技術の向上。
- ・パスタマシンの使い方を学ぶ。

ポイント

- ・生地場バサついたり、べとつかない分量にする。
- ・生地にツヤが出てくるまでしっかりと練る。
- ・生パスタをのばすときなるべく広い面で持つ。
- ・生地場バサついたり、べとつかない分量にする。
- ・生地にツヤが出てくるまでしっかりと練る。
- ・海老殻は水分を飛ばし香ばしく炒める。
- ・アニョロッティは生地をつまんで成形する。

教育到達点

- ・生パスタ生地の状態を見極められる。
- ・料理名の意味を理解し調理できる。
- ・パスタとソースの合わせ方を知る。
- ・生パスタ生地をよい状態に練り上げることができる。
- ・料理名の意味を理解し、成形や調理を行う。
- ・食材の風味を引き出し料理を仕上げる。

評価の目安と方法

- ・生パスタ生地の作り方を実践できる。
- ・生パスタ生地の状態を見極め成形できる。
- ・パスタもソース、詰め物を作ることができる。
- ・生パスタ生地の作り方を実践できる。
- ・生パスタ生地の状態を見極め成形できる。
- ・ソースの濃度とパスタの絡まり方がよい。
- ・味のバランスがとれている。

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。



献立名

## Agnolotti dal plin

アニョロッティ ダル プリン

番号

40

分量

5人分

材料・調味料	使用量	
<b>[Pasta Fresca]</b>		
Burro	10	g
Olio d'oliva	15	g
Erbe (Rosmarino Salvia Timo)	各1/2	枝
Alloro	1/4	枚
Scalogno	15	g
Cipolla	40	g
Sedano	20	g
Carota	30	g
Porro	20	g
Maiale	50	g
Viello	50	g
Vino Bianco	30	cc
Brodo	100	cc
Riso	15	g
Noce Moscata	少々	
Spinacio	1/4	パック
Grana Padano	15 ~ 20	g
Uovo	5 ~ 10	g
Sale Pepe	適量	

材料・調味料	使用量	
<b>[Pasta Fresca]</b>		
Farina fiona	150	g
Farina forte	150	g
Uovo	2	個
Tuorlo	1	個分
Acqua Calda	10	cc
Sale	適量	
<b>[Salsa]</b>		
Burro	40	g
Salvia	1	枝
パスタ生地は1/2量ずつ使用		
盛付見本		



教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	ゼッポリーニ
	ブランダード
	若鶏のバスク風

時間数	授業の方法	担当者名
1回 11時開講+3時間	講義 講義	実習課課長 職員

目的

- ・ 伝統料理と地方料理を学ぶ。
- ・ ピザ生地の利用と作り方。
- ・ 塩鱈の戻し方と利用法を学ぶ。
- ・ 鶏の煮込み方を学ぶ。
- ・ 生地の状態を見極め調理する。
- ・ 揚げ油の温度の見極めと調理を学ぶ。
- ・ 塩鱈の下処理を学ぶ。
- ・ 鶏モモ肉の下処理と調理を学ぶ。

ポイント

- ・ 水分量による生地の硬さ。
- ・ しっかり発酵させ生地が1.5倍ほどに膨らませる。
- ・ 塩鱈の塩気を見極め塩抜きを行う。
- ・ 生地が滑らかになるまでしっかりと練る。
- ・ 室温でしっかりと発酵させる。
- ・ 低温の油でじっくりと揚げる。
- ・ 塩鱈をじゃが芋と共にふっくらと火入れする。
- ・ 鶏モモ肉の皮をしっかりと火入れし臭みをなくす。

教育到達点

- ・ 料理名の意味を理解し調理できる。
- ・ 生地の発酵状態とグルテンを見極める。
- ・ 塩鱈の塩気を見極め味を調える。
- ・ 鶏肉をジューシーに仕上げられる。
- ・ 食材の切り出し、切り揃えができる。
- ・ 発酵状態を見極め調理できる。
- ・ 塩鱈とじゃが芋の状態を見極めピューレにできる。
- ・ 鶏モモとパプリカの風味を生かし調理できる。

評価の目安と方法

- ・ 料理名の意味を理解出来ている。
- ・ 生地の発酵状態とグルテンを理解し実践できる。
- ・ 塩鱈の塩気とした処理を理解し実践できる。
- ・ 鶏肉の煮込み時間と状態の変化を理解し実践できる。
- ・ 食材が適正な形に切れ調理されている。
- ・ ゼッポリーニが色よく周りはカリッと、中はふんわりと上っている。
- ・ ブランダードが滑らかに味良く仕上がっている。
- ・ バスク風の鶏肉とパプリカ、トマトの風味の調和がとれている。

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
<b>Zeppoline</b> ゼップリーニ

番号	分量
<b>41</b>	5人分

材料・調味料	使用量	
Farina Forte	60	g
Farina Fione	50	g
Lievito	1.5	g
Alga (あおさ)	3	g
Acqua	90	cc
Sale	2	g
Zucchero	4	g

材料・調味料	使用量	
	盛付見本	

第一章

献立名

# Brandade de Morue

塩だらのブランドード

番号

分量

41

5人分

材料・調味料	使用量	
morue	200	g
lait	120	cc
eau	120	cc
ail	1	片
thym	qs	
laurier	qs	
mignonnette de poivre blanc	qs	
pomme de terre	1	個
【 huile d'ail 】		
huile	80	cc
ail	1	片
crème	50	cc
sel . poivre		

材料・調味料	使用量	
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

ビッシュ・ド・ノエル

時間数

授業の方法

担当者名

1回

1時間+3時間

講義

実習課担当職員

目的

- ・フランスの代表的なクリスマスケーキを学ぶ。
- ・いろいろなデコレーション方法を学ぶ。
- ・チョコレートのテンパリングを学ぶ。

ポイント

- ・ビスキュイ生地をしっかりと泡立てる。
- ・テンパリングの温度をしっかりと守る。
- ・天板に生地を流す際、均一に平らに流す。

教育到達点

- ・ピュッシュドノエルの語源でもある切り株を意識して仕上げる。

評価の目安と方法

- ・ビスキュイ生地がふんわりと均一に焼きあがっているか。
- ・ロールケーキが均一な太さに巻かれているか。
- ・切り株をイメージして仕上げが出来たか。

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
<b>Bûche de Noël avec Sorbet de framboise</b> ビュッシュ・ド・ノエル, フランボワソルベと共に

番号	分量
<b>42</b>	5人分

材料・調味料	使用量	
<b>Biscuit café</b>		
œufs	4	p
sucre semoule	100	g
miel	20	g
lait	30	g
nescafe	10	g
farine	40	g
B.P	0.5	g
<b>Crème de mascarpone</b>		
sucre semoule	40	g
eau	12	g
jaune d'œufs	24	g
gelatin	8	g
mascarpone	50	g
crème fouettée(38%)	180	g
<b>Sorbet de framboise</b>		
puree de framboise	200	g
eau	100	g
sucre semoule	30	g
trimoline	40	g
<b>Crème chantilly au café</b>		
crème 38%	250	g
sucre semoule	25	g
trabrit	12	g
<b>Plaque chocolat</b>		
chocolat noir	60	g

材料・調味料	使用量	
<b>Finition</b>		
poudre décor		
poudre de cacao		
crème au beurre(vert)		
Xmas ornament		
meringue champignon		
<b>Crème au beurre</b>		
blanc d'œufs	70	g
sucre semoule	180	g
eau	60	g
beurre	220	g
color vert	un peu de	
color jaune	un peu de	
<b>Meringue champignon</b>		
blanc d'œufs	50	g
sucre semoule	50	g
sucre glace	30	g
lait écrémé	20	g
盛付見本		

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3時間	講義	実習課担当職員

目的

- ・ニース風サラダに使われる食材について。
- ・パナードを加えた魚のムースについて。
- ・甲殻類の代表的なソース、アメリカンソースについて。
- ・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。
- ・魚のク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。

ポイント

- ・じゃが芋を丸ごとローストすることで、芳ばしさと甘味が出る。
- ・サラダの食材それぞれにヴィネグレットソースをかける。
- ・オマール海老の殻をよく炒め、味と香りを引き出す。
- ・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。
- ・魚のクネル、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

- ・ニース風サラダについて理解を深める。
- ・パナードを使った魚のムースを知る。
- ・アメリカンソースの作り方を理解する。
- ・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事が出来る。
- ・アメリカンソースが濃度、味、ツヤ良く仕上げる事が出来る。

評価の目安と方法

- ・ニース風サラダの食材それぞれの下処理を理解する。
- ・滑らかな魚のムースを作れる。
- ・アメリカンソースの味を引き出すことができる。
- ・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
<b>Salade Niçoise</b> <small>ニース風サラダ</small>

番号	分量
43	5人分

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

材料・調味料	使用量	
Sel.Poivre	適量	
Échalote	1/2	ヶ
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カソース

番号

43

分量

5人分

材料・調味料	使用量	
<b>[Quenelles de poisson]</b>		
Homrad	1	本
Quenelles	200	g
Blanc d'œuf	1	ヶ分
Crème	100	cc
Beurre Clarifié	20	cc
Cognac	10	cc
Sel.Poivre	適量	
<b>[Panade à la Fragipane]</b>		
Farine de gruau	20	g
Farine	20	g
Beurre	35	g
Lait	150	cc
Jaune d'Œuf	2	ヶ分
<b>[Garniture]</b>		
CHINGENSAI (ミニ)	1人1	本
<b>[Sauce Américaine]</b>		
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	ヶ
Tomate	1	ヶ
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	ヶ
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	チョコレートシフォンケーキ クレープシュゼット

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

### 目的

- ・シフォンケーキを1人で計量・仕込みをする。
- ・クレーパンを使ってクレープを焼く。

### ポイント

- ・計量を間違えないようにする。
- ・しっかりとしたメレンゲをつくる。
- ・クレープをひっくり返すタイミングをしっかり見極める。

### 教育到達点

- ・シフォンケーキの計量、仕込み、焼成まで1で行うことができたか。

### 評価の目安と方法

- ・ふんわりとキメの細かいシフォンケーキが焼けているか。
- ・クレープの生地が均一な薄さできれいな焼き色がついているか。

### 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。

献立名

# Chocolate chiffon cake

チョコレートシフォンケーキ

番号	分量
<b>44</b>	5人分

材料・調味料	使用量	
<b>Pâte a chiffon</b>		
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

材料・調味料	使用量	
<b>Sauce chocolat</b>		
lait	70	g
chocolat noir	80	g
<b>Finition</b>		
※crème chantilly		
crème 38%	100	cc
sucre semoule	7	g
framboise	10	p

献立名

# Crêpe Suzette

クレープシュゼット

番号	分量
<b>44</b>	20枚分

材料・調味料	使用量	
<b>Pâte a crêpe</b>		
lait	240	g
œufs	4	ヶ
sucre semoule	75	g
farine	120	g
beurre	41	g
<b>Sauce d'orange</b>		
orange	2	ヶ
jus de orange	200	cc
sucre semoule	150	g
beurre	50	g
grand marnier	40	cc
jus de citron	20	cc
zest d'orange	2	ヶ

材料・調味料	使用量	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3時間	講義	実習課担当職員

目的

- ・ ヴィシソワーズからの派生と考え方。
- ・ 甘鯛の鱗について。
- ・ 松かさ揚げという調理法。
- ・ レモングラスやカフェライムの葉について。
- ・ あまり練りを出さず、キレのあるジャガイモのピューレを作る。
- ・ 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事。
- ・ 甘鯛の松笠揚げをマスターする。

ポイント

- ・ ゼラチンの固まる温度帯を理解し、ホイップクリームを合わせる。
- ・ お米をしっかり炒め、ブロードを加える。
- ・ 鱗に水を刷毛で塗り、鱗が立ちやすくする。
- ・ タイム風味のジャガイモのピューレを素早く作り、ウニを混ぜ合わせ、グラスに入れる事。
- ・ レモングラス、カフェライムの効いたブロードを作り、リゾピラフを炊く事。
- ・ ストープ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

- ・ パンナコッタの意味と作り方を理解する。
- ・ ピラフの作り方を理解する。
- ・ 松笠揚げの原理と調理法を理解する。
- ・ ジャガイモのピューレ、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事。
- ・ 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出来ているか。
- ・ 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か。

評価の目安と方法

- ・ ジャガイモのピューレの作り方を理解し調理できる。
- ・ ピラフをパラパラに作れる。
- ・ 松笠揚げを鱗を立たせ揚げられる。
- ・ ジャガイモのピューレ、生ウニ、生クリームがバランス良くグラスの中で調和し盛り込めている。
- ・ 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事。
- ・ 料理の味のバランス、食感が整っている。

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

“AMADAI” alla Griglia, Fatta con Squami Sollevate

甘鯛の鱗揚げ イタリアンプレートで

番号

45

分量

5人分

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

材料・調味料	使用量

献立名

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

番号

45

分量

5人分

材料・調味料	使用量
Patata	200 g
Cipolla	1/4 ケ
Porro	1/8 本
Timo	1/2 枝
Brodo	200 cc
Sale e Pepe	適量
Latte	70 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

材料・調味料	使用量



時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3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。
- ・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

- ・魚介類の臭みの原因は水分の為、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。
- ・魚介類を生臭くならないようにしっかりと炒める。
- ・スープを全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。
- ・ある程度肉を煮た後野菜を加え煮あがりを揃える。

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。
- ・魚のスープが臭みなく採れる。
- ・魚のスープがしっかりと濾せると、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事ができる。

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あがっている。
- ・塩漬けを応用する事ができる。
- ・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







時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3時間	講義	実習課担当職員

目的

- ・イカの下処理について。
- ・すり身の粘りの出し方について。
- ・イベリコ豚の種類について。
- ・岩塩パイの作り方と調理法の習得。
- ・ムースの作り方のポイントを理解し調理できる。
- ・岩塩パイを使い塊肉を焼くポイントを理解し調理できる。

ポイント

- ・イカとすり身は塩と共にしっかりと粘りを出す。
- ・魚の骨から水分を飛ばしフォンをとる。
- ・塩味が移りすぎないようにブドウの葉で包み岩塩パイで包む。
- ・ムースはバブルで優しく火入れする。
- ・魚の骨は水にさらし、オープ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

- ・ムースの作り方を理解する。
- ・火の入れ方による状態の違いと特徴を理解する。
- ・岩塩パイを使った調理法を理解する。
- ・ムース生地が作れ、バブルで火入れする事が出来る。
- ・魚のフォンが臭みなく採る事が出来る。
- ・岩塩パイの作り方を理解し調理する事が出来る。
- ・イベリコ豚をしっかりと火入れする事が出来る。

評価の目安と方法

- ・ムースの作り方のポイントを理解し調理できる。
- ・岩塩パイを使い塊肉を焼くポイントを理解し調理できる。
- ・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かりと焼きあがっている。

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
<p><b>Épau I e de Porc “BELLOTA” en Coque de Sel</b></p> <p>イベリコ豚の香草風味の岩塩パイ焼き</p>

番号	分量
47	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
<b>[Pâte Sel (Herbes)]</b>		
Farrine de Gruau	300	g
Œuf Blanc	100	g
Sel	100	g
Gros Sel	20	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
<b>[Garniture]</b>		
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	
<b>[Rôti Pomme de Terre]</b>		
Pomme de Terre (ニューポテト)	1人1	ケ
Huil d'Olive	30	cc
Romarin	1	本
Ail	1	片
Jus de pork	150	cc
Pommery	10	g
盛付見本		





時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3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。
- ・鶏を風呂敷に卸す。
- ・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

- ・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。
- ・骨に沿って卸す事。
- ・鶏の骨格を理解しながら1枚に卸す。
- ・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

- ・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。
- ・鶏の骨格を理解し1枚に卸す事が出来る
- ・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

- ・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事。
- ・しっかりと味ができている。
- ・鶏の骨格を理解し1枚に卸せている。
- ・ガランティーヌが綺麗に包めている。
- ・味よくしっかりと焼きあがっている。

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。

献立名
<b>Glantine de Poulet a la geree</b> <small>鶏のガラランティエヌ ゼリー飾り</small>

番号	分量
48	5人分

材料・調味料	使用量	
Poulet	1	羽
Porc	200	g
Lard	150	g
Poulet	200	g
Pistache	10	g
SHITAKE	1	パック
Muscade	適量	
Œuf	1	個
Cognac	15	cc
Canard	1	枚
Lard	2	枚

作り方		
<p>①鶏は背開きにする。</p>		
<p>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。</p>		
<p>③鴨胸肉は筒状に成形し背脂を巻く。</p>		
<p>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。</p>		
<p>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。</p>		

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

48

分量

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

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

## 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。

盛付見本



時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3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。
- ・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。
- ・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

- ・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に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。
- ・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事ができる。
- ・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事ができる。

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。
- ・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

- ・包丁ケース
- ・試食セット
- ・講義ノート







西洋料理理論

50

教育内容

献立

西洋料理理論3・4

ブルテのテリーヌ  
にんじんのテリーヌ

時間数

授業の方法

担当者名

1回

1時間+3時間

講義

実習課担当職員

目的

- ・学園祭（宴会料理等）で使える料理について。
- ・野菜のブルテを層にして固める。
- ・薄く切った人参のグラッセをゼラチンを使わず固める。
- ・ゼラチンの温度を管理しながら層を作る。
- ・さまざまな種類の人参を知り、味を覚える。
- ・断面を想像しちょうりする。

ポイント

- ・必ず湯煎と氷を用意し温度管理を行う。
- ・人参のグラッセは実家りと乳化させながら加える。
- ・重石をしてしっかりと締める。

教育到達点

- ・ブルテの濃度を理解し、きれいに層を作れる。
- ・テリーヌの断面を想像しながら配色する。
- ・丁寧に積み上げ形を整える。

評価の目安と方法

- ・ゼラチンの濃度と硬さを理解する。
- ・断面がきれいになるよう仕上げる。

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

献立名	番号	分量
<b>Velouté</b> ブルテのテリーヌ	<b>50</b>	5人分

材料・調味料	使用量		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			
アスパック	150	CC			

献立名	番号	分量
<b>Carotte</b> キャロットグラッセのテリーヌ	<b>50</b>	5人分

材料・調味料	使用量		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				

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3時間	講義	実習課担当職員

目的

- ・テリーヌ型で作り出来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します。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ります。
- ・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、鏡の様にキラキラしたコンソメゼリーで仕上げ自由な大きさをカットし盛り込みます。
- ・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ます。
- ・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みます。
- ・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事。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事。
- ・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2~3mmにカットして大きさを合わせる。
- ・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様にし、高さを揃える事。
- ・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様にする。

教育到達点

- ・魚のムースを作り、魚のテリーヌが作れる様になる。
- ・魚のムースをテリーヌ型に絞る時には、空気を入れない様に少しずつ入れて綺麗な面を作り出す様にする。
- ・魚のテリーヌを綺麗にカット出来る様にする。
- ・ミロワール、アスピック、オムニエールを知り、作れる様になる事。
- ・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事。
- ・テリーヌや各野菜のカットが丁寧にあって綺麗である。
- ・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

- ・魚のテリーヌをカットした時に気泡が無く、3色が綺麗な層で出来上がっているか。
- ・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事。また味が整っているか。
- ・ミロワール他に入る各野菜の大きさが同じである事。
- ・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か。
- ・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か。
- ・各野菜のカットが丁寧にあり、大きさが均等である事。

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



時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3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
- ・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

- ・丸鶏は火入れ後、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等で一気にかける
- ・鶏は鎖骨をとって成形し火を通した後、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

- ・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
- ・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出来ている
- ・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
- ・ショーフロアソースが滑らかな状態で出来ている
- ・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
<h1>Chaud-froid</h1> <p>ショーフロア</p>

番号	分量
52	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
<b>[Sauce Béchamel]</b>		
Farine	20	g
Beurre	20	g
Lait	200	cc
<b>[Sauce Chaud-froid]</b>		
Farine	50	g
Beurre	40	g
Bouillon	500	cc
Crème	100	cc
Gélatine	40	g
Sel・Poivre	適量	
Pomme de terre (乾燥)	50	g
Gélatine (1ℓに100g)	50	cc分

<b>[Tomate farci]</b>		
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	
<b>[Tartelette de Jambon] デモのみ</b>		
Jambon	50	g
Sauce Béchamel	50	g
Sel・Poivre	適量	
Tartelette	4	個
Pistache	4	粒
盛付見本		

時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3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。
- ・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

- ・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。
- ・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、本塗と行き平らに仕上げる。
- ・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

- ・それぞれの固さを理解し均等な厚さで切る事ができる。
- ・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。
- ・均等な厚さできれいに切る事ができる
- ・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

- ・力で切らず包丁の切れ味を利用し切る事ができている。
- ・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。
- ・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

- ・包丁ケース
- ・試食セット
- ・講義ノート



時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3時間	講義	実習課担当職員

目的

- ・ショーフロアに絵をかく。
- ・学園祭に向けてのデコレーションを学ぶ。
- ・ショーフロアに絵をかく。
- ・学園祭に向けてのデコレーションを学ぶ。

ポイント

- ・ショーフロアソースが温まると溶けるため、冷やしながら書く。
- ・ショーフロアソースが温まると溶けるため、冷やしながら書く。

教育到達点

- ・ショーフロアソースに画題を綺麗に書ける。
- ・ショーフロアソースに画題を綺麗に書ける。

評価の目安と方法

- ・ショーフロアソースに画題を綺麗に書けている。
- ・ショーフロアソースに画題を綺麗に書けている。

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

西洋料理理論  
**55**

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 きのことソース

時間数	授業の方法	担当者名
1回	1時間+3時間 講義	実習課担当職員

目的
<ul style="list-style-type: none"> <li>・エスカルゴの歴史などをしっかり理解する。</li> <li>・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。</li> <li>・牛テールの下処理と火の入れ方を覚える。</li> <li>・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。</li> <li>・エスカルゴの下処理とした味のつけ方。</li> <li>・エスカルゴバターの作り方とその応用。</li> <li>・牛テールの下処理と火の入れ方。</li> <li>・クロケットの整形とパネアングレーズ。</li> <li>・クロケットの揚げ方。</li> </ul>

ポイント
<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・クロケットをあげる油の温度は170℃強とする。</li> <li>・エスカルゴ独特の香りを取るために良く水にさらす。</li> <li>・バターをポマード状にする。</li> <li>・クロケットを揚げるとき170℃より低い温度で揚げない。</li> <li>・きのこソースのきのこはよくソテーし水分を飛ばす。</li> </ul>

教育到達点
<ul style="list-style-type: none"> <li>・エスカルゴの下処理をしっかり理解し調理できること。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・エスカルゴの下処理を理解し調理できる。</li> <li>・クロケットの揚げ温度や成形を理解できている。</li> <li>・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。</li> </ul>

評価の目安と方法
<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・クロケットの形も整え、バランスよく揚がっていること。</li> <li>・きのこソースの味つやもよく仕上がっていること。</li> <li>・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。</li> <li>・クロケットが形色よく仕上がっている。</li> <li>・きのこソースの味、ツヤよく仕上がっている。</li> </ul>

持ち物に関する注意事項
<ul style="list-style-type: none"> <li>・包丁ケース</li> <li>・試食セット</li> <li>・講義ノート</li> </ul>

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

55

分量

5人分

材料・調味料	使用量	
<b>[Bourguignonne]</b>		
Échalotte	1/2	ヶ
Ail	1/2	片
Vin rouge	30	cc
Porto rouge	30	cc
Fond de veau	100	cc
Thym	2	本
<b>[Court bouillon]</b>		
Eau	500	cc
Vinaigre vin blanc	80	cc
Mirepoix	120	g
Sel. Poivre		
<b>[Beurre d'escargot]</b>		
Beurre	100	g
Échalotte	1/3	ヶ
Ail	1/2	ヶ
Persil plat	30	g
Persil	30	g
Dill	10	g
Jus de citron	1/6	ヶ
Noix	15	g
Pastis		
Sel. Poivre		

材料・調味料	使用量	
<b>[Fricassee]</b>		
Champignon	4	ヶ
Cèpe	3	枚
HONSIMEJI	1	バック
Échalotte	1	ヶ
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		



時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3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。
- ・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

- ・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。
- ・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

- ・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。
- ・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、オープ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

- ・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。
- ・鴨モモ肉のコンフィが柔らかくしっとり仕上がっている。
- ・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



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+3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。
- ・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。
- ・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。
- ・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

- ・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。
- ・バラ肉が柔らかく煮あがっている。
- ・玉葱の甘みとピールの風味が立ち、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







時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3時間	講義	実習課担当職員

目的

- ・フランス南東部と南西部の郷土料理を知る。
- ・クルトン・パン粉を使った料理を通し、料理とパンの密接な関係を理解する。
- ・白子の下処理の方法を知る。
- ・焦がしバターソースに於ける酸味の重要性を知る。
- ・白インゲン豆の煮込み料理に於ける利用価値を理解する。
- ・白子を上手にソテー出来るようになる。
- ・クルトンを美しく仕上げられるようになる。
- ・焦がしバターソースを美味しく仕上げられるようになる。
- ・白インゲン豆と肉類をバランス良く煮込めるようになる。

ポイント

- ・白子の下処理に使用するキューツソンと加熱温度の管理。
- ・クルトンをきれいに仕上げる油量と火加減。
- ・焦がしバターソースのバターの焦がし加減と状況の見極め方。
- ・様々な具材を煮込みバランスよく仕上げるための食材管理の考え方。
- ・白子のパネの小麦粉をしっかり落とし、適切な温度のフライパンでバターがムース状の状態をキープしながらソテーする。
- ・焦がしバターソースはベーコン・オリーブを炒めた上で、バターをハシバミ色まで加熱していく。
- ・クルトンはバターにオイルを適量加え、弱火で良く返しながら色付けていく。
- ・カスレはトマトをしっかり煮詰めた上で肉類を煮込み、白インゲン豆は途中で加える。

教育到達点

- ・下処理した白子の状態を理解している。
- ・焦がしバターソースの特性とそのバリエーションを理解出来ている。
- ・煮込んだカスレとパン粉との食感のコントラスト、及びその必要性を理解出来ている。
- ・白子を適切にソテー出来ている。
- ・焦がしバターソースのバターの色がきれいなハシバミ色で、ベーコン・オリーブにもしっかり火が入っている。
- ・クルトンの全部の面が焦げることなく均一に色付いている。
- ・カスレの肉類がしっかり煮込まれていながら、白インゲン豆が煮崩れて溶けていない状態で仕上がっている。

評価の目安と方法

- ・フランスの地理と気候風土を知り、料理との関連性を理解している。
- ・焦がしバターソースのバターの焦がし加減、及び酸味とのバランスの重要性を理解出来ている。
- ・カスレという料理の特徴と性質を理解している。
- ・白子の表面がカリッと色よく仕上がっている。
- ・焦がしバターソースの焦がし加減が適切で、酸味とのバランスも良く仕上げられている。
- ・カスレの煮込み具合と仕上がりの水分量が適切で、パン粉との対比も良く仕上げられている。

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	
<h2>Cassoulet</h2> <p>カスレ：フランス南西部・オクシタニー地方、郷土料理</p>	

番号	分量
58	5人分

材料・調味料	使用量	
poitrine de porc	300	g
cuisse de poulet	1	枚
saucisse	5	本
pie de porc	1	本
ail	1	片
oignon	1	個
carotte	1	本
haricot blanc	260	g
tomate	2	個
tomate concentrée	20	g
vin blanc	200	cc
sel・poivre	適量	
bouquet-garni	1	本

材料・調味料	使用量	
chapelure	30	g
persil plat	少々	

献立名	
<h2>Laitance meunière à la grenobloise</h2> <p>白子のムニエル グルノーブル風</p>	

番号	分量
58	5人分

材料・調味料	使用量	
laitance	200	g
farine	適量	
beurre	50	g
pain de mie	1	枚
lard fumé	40	g
câpre	10	g
olive noir	2	個
citron	1	個
persil plat	適量	
fond de veau	40	cc

材料・調味料	使用量	
--------	-----	--

教育内容	
献立	
西洋料理理論3・4	Buffet

回数	時間数	授業の方法	担当者名
1回	1時間+3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。
- ・指定のビュッフェ料理を指定の時間に作り上げること。
- ・ビ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

- ・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。
- ・バ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。
- ・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

- ・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。
- ・仕事の段取りを考えて作ること。
- ・ディスプレイ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トアップされていること。
- ・時間通りに料理が美味しく仕上がることが出来たか。
- ・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



時間数		授業の方法	担当者名
1回	1時間+3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。
- ・ 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

- ・ 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。
- ・ 骨周りのスジ等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等で知る。

教育到達点

- ・ 仔羊の骨やスジ、かぶり等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。
- ・ 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事が出来る。
- ・ シャトー剥きが形よくできる。

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事ができる。
- ・ 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事ができる。
- ・ 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あがっている。
- ・ 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



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

1時間+3時間

講義

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イををする。
- ・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イする。

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トイング・盛り込み、ディスプレイを予定通りにする。
- ・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イに仕上げる。
- ・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 ]



<b>教育形態</b>	<b>教育内容</b>
<b>専攻別総合調理実習1・2</b>	<b>西洋料理</b>

<b>授業の方法</b>		<b>教育目標</b>
<b>講義・実習</b>		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・接客をトータル的に学び、現場に近い実践教育を行う。
<b>時間数</b>	<b>担当者名</b>	
<b>15回</b>	<b>60時間</b>	

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
四方 聡	ホテルにて調理業務に従事
深澤 真一	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
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
栗原 恭子	菓子製造販売業にて菓子製造に従事

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 ・ケーキサレ	10回	デザート ・フローズン 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 フロアとショー ・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 ・ピッコロパスティツェリア	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・接客	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。 ・お客様があつ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。

<b>評価の目安と方法</b>	出席状況および献立作成・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。
-----------------	----------------------------------------------------

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

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。
- ・オランダ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





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、オランダーズをしっかりと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。
- ・オランダーズソースを作る。
- ・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・オランダーズ)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ずつ入れる。
- ・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ダーズを作ることができる。
- ・マヨネーズ、オランダ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。
- ・オランダーズソースがグラチネ後バターが浮かずしっかりと乳化している。

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

**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 mousseline gratinée**  
 ホワイトアスパラガスのグラティネフランス風

番号	分量
<b>3</b>	5人分

材料・調味料	使用量	
Asperget blanc (ペルー産)	1人2	本
Crab (ZUWA)lfz	1人1.5	本
Avocat	1/2	個
Oignon rouge	1/4	個
Poivrron(janne)	1/2	個
Poivrron(rouge)	1/2	個
Ciboulette	1/8	バック
Œuf	1	個
Micro Leaf	1/4	バック
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	
Mayonnaise	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

**Sauces à base de jaune d'Œuf**  
 卵黄ベースのソース

番号	分量
<b>3</b>	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 xérés	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

デザート

- ・ティラミス、シナモンアイスクリーム添え
- ・ピッコロバスティツェリーア

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。
- ・基本のビスキュイ生地の製法を覚える。
- ・アシェットデセール（皿盛り）の仕上げを学ぶ。
- ・アングレースの炊き方を覚える。

ポイント

- ・ビスキュイアラキュイエールの材料を合わせる。
- ・メレンゲの泡立て方やグラニュー糖を加えるタイミング
- ・アングレースを炊くときの火入れのタイミング
- ・マスカルポーネムースの卵黄の火の入れ方

教育到達点

- ・ビスキュイアラキュイエールの生地がダレいなくて形を保ったまま焼きあがっているか。
- メレンゲの作り方を習得できたか。

評価の目安と方法

- ・ビスキュイアラキュイエールがきれいに焼きあがっているか。
- ・材料の合わせ方を理解できたか。
- ・皿盛りを美しくできたか。

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

# 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	
<b>Savoardi(Biscuit a la cuiller)</b>		
jaune d'œufs	3	p
sucre semoule	30	g
blanc d'œufs	3	p
sucre semoule	60	g
farine	95	g
<hr/>		
sucre glace	un peu de	
<b>Mascarpone mousse</b>		
jaune d'œufs	3	p
sucre semoule	12	g
gelatin	4	g
mascarpone	210	g
blanc d'œufs	3	p
sucre semoule	60	g
<b>Finition</b>		
nescafe	2	g
poudre de café	1	g
poudre de cacao	5	g
<hr/>		
framboise	10	p

材料・調味料	使用量	
<b>Sirop de café</b>		
café	200	g
sirop 17° be	50	g
liqueur de café	10	g
<b>Piccola pasticceria</b>		
Savoardi cannella	}	savoardi
Savoardi vaniglia		
<b>Bacci di dama (160°C 18分)</b>		
beurre	40	g
sucre glace	20	g
poudre d'amand	25	g
farine	60	g
œufs	5	g
<b>&lt;ganache&gt;</b>		
chocolat	25	g
crème 38%	10	g
盛付見本		

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

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。
- ・お客様の迎え入れの仕方。
- ・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

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

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。
- ・お客様の出迎への準備を実践する。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

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

教育内容	
献立	
専攻別総合調理実習	抹茶のフォンダンショコラ

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	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ホットデザートについて学ぶ。</li> <li>・アングレーズの炊き方を復習する。</li> </ul>	

ポイント	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・生地を流すときに真ん中にガナッシュがくるようにする。</li> <li>・焼き加減に注意し、中からとろりとガナッシュがでるようにする。</li> </ul>	

教育到達点	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ホットデザートの提供の方法を理解する。</li> <li>・アングレーズの炊き方をマスターする。</li> </ul>	

評価の目安と方法	<ul style="list-style-type: none"> <li>・バニラアイスがなめらかな状態である。</li> <li>・フォンダンショコラの中がとろっとした状態である。</li> <li>・美しく皿盛りされている。</li> </ul>
----------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

持ち物に関する注意事項	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・包丁ケース</li> <li>・試食セット</li> <li>・講義ノート</li> </ul>	



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
<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・基本ルール及びマナーの確認。</li> </ul>

ポイント
<ul style="list-style-type: none"> <li>・使用食材の発注がきちんとできていること。</li> <li>・調理工程を考え、作業分担している。</li> <li>・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。</li> <li>・料理を提供する手順の確認。</li> </ul>

教育到達点
<ul style="list-style-type: none"> <li>・発注書に書かれた食材を把握しまたは価値観を知る。</li> <li>・料理を作る段取りを考え、協力して作業する。</li> <li>・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。</li> </ul>

評価の目安と方法	<ul style="list-style-type: none"> <li>・段取り良く調理工程が進んでいること。</li> </ul>
----------	-----------------------------------------------------------------------

持ち物に関する注意事項
<ul style="list-style-type: none"> <li>・包丁ケース</li> <li>・試食セット</li> <li>・講義ノート</li> </ul>

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

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
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 賞味会本番食材の発注および確認、段取り。</li> <li>・ 賞味会本番に向けての調理の仕込みを行う。</li> <li>・ 接客業務の一連の流れを理解し実践練習を行う。</li> </ul>

ポイント
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 賞味会本番食材の発注および確認。</li> <li>・ 仕込に必要な食材の下処理。</li> <li>・ お迎え、案内、配膳、料理の運び方・接遇、送り出しの練習。</li> </ul>

教育到達点
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 発注した食材などの確認をすること。</li> <li>・ 段取り通りの工程ができています。</li> <li>・ 実際に皿を持ち、作業を行う。</li> </ul>

評価の目安と方法	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 段取り通りの作業工程で進んでいる。</li> <li>・ 必要事項を記録し理解する。</li> </ul>
----------	------------------------------------------------------------------------------------------------

持ち物に関する注意事項
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 包丁ケース</li> <li>・ 試食セット</li> <li>・ 講義ノート</li> </ul>

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

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	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・衛生管理に注意し、コース料理の総仕上げをする。</li> <li>・来校されるお客様に対し、誠心誠意努力し作り上げる。</li> <li>・お客様の出迎への準備を実践する。また見送りの準備をする。</li> </ul>	

ポイント	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・常に作業台の上は衛生的な状態であること。</li> <li>・室内の準備を実践する。</li> <li>・卓上のセッティングを実践する。</li> <li>・使用器具の準備を実践する。</li> </ul>	

教育到達点	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・時間の利用方法を考える。</li> <li>・時間内に準備を終わらせる。</li> </ul>	

評価の目安と方法	<ul style="list-style-type: none"> <li>・時間内に準備が終わり、抜け目のないこと。</li> <li>・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。</li> </ul>
----------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

持ち物に関する注意事項	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・包丁ケース</li> <li>・試食セット</li> <li>・講義ノート</li> </ul>	

