



3/21(火)①③  
金城 保夫 先生  
(三田ホテル)

- ・とろとろ手羽先の中国風カレー
- ・海老のトースト揚げ
- ・アンズ酒で作るちょっと大人のデザート

①シェフ直伝 習得スキル

- ◆短時間で出来る本格的なとろとろカレー
- ◆すり身のトロツとした食感を残しながらカリッと揚げる
- ◆杏仁豆腐とは一味違うアンズのデザート



3/6(月)①③  
福田 庸平 先生  
(bucheide)

- ・牛肉とほうれん草のバルミジャーノ風味
- ・ホタルイカのスフォルマート
- ・レアチーズケーキ

①シェフ直伝 習得スキル

- ◆チーズ系パスタの塩加減
- ◆ホタルイカの扱い方
- ◆シェフの店の“変わらない味”定番スイーツを教わる



3/12(日)①②  
ト部 吉恵 先生  
(和旬 撫子)

- ・鰻巻き
- ・ちらし寿司
- ・アスパラ海老ロール巻き

①シェフ直伝 習得スキル

- ◆お弁当に詰める物の鉄則
- ◆具材入りの卵焼きの巻き方
- ◆いつもと違う春巻きの皮の使い方



3/27(月)①③  
田畑 昇 先生  
(ピストロ◎バキュース)

- ・若鶏モモ肉と春野菜の蒸し煮
- ・2種類のカナッペ  
ホタテ貝と百合根のカナッペ/  
ズワイガニと蓮根のカナッペ
- ・いちごのマリネ  
パルサミコの香り

①シェフ直伝 習得スキル

- ◆蒸し煮による旨味の引き出し方
- ◆美味しいカナッペの作り方とアレンジ
- ◆パルサミコ酢の煮詰め方



3/18(土)①②  
高島 稔 先生  
(ホテル日航大阪 日本料理 弁慶)

- ・鯖 袖庵焼き
- ・若竹煮
- ・豆ごはん

①シェフ直伝 習得スキル

- ◆冷めてもかたくならない焼き方
- ◆旬の筍を若布と上手に炊く
- ◆ていねいに作る豆ごはん



3/23(木)①  
横山 淳 先生  
(森サンジョヴェーゼ)

- ・春菊のサラダ
- ・ポークソテー ピザ職人風
- ・チョコレートの焼きプリンボネ

①シェフ直伝 習得スキル

- ◆春菊の食感と香りを存分に楽しめるサラダ
- ◆イタリアの古典料理をマスター
- ◆イタリアの代表的なお菓子を学ぶ



3/29(水)①③  
佐々木 亮二 先生  
(ホテル日航大阪 中国料理 桃李)

- ・鶏肉と新じゃがいのカシューナッツ炒め
- ・豚バラ肉と春キャベツの味噌炒め
- ・カラフルマトの杏露酒漬け

①シェフ直伝 習得スキル

- ◆同じ野菜の使いまわし方
- ◆食材の火の入れ方
- ◆中国風の漬け物の応用を学ぶ



3/17(金)①  
百寿 先生  
(dining kitchen momoju)

- ・芽キャベツとベーコンの春パスタ
- ・レンジで作る手作りソーセージ
- ・爽やかなドレッシングのグレープフルーツサラダ
- ・イチゴのミルクゼリー

①百寿先生直伝 習得スキル

- ◆旬の野菜の味わい方
- ◆腸詰めなしで簡単ソーセージ
- ◆手作りドレッシングのアレンジ
- ◆おうちで簡単スイーツ



3/5(日)①②  
水越 潤太郎 先生

水越パティシエに習う  
Basic Sweets 4

- ・ふんわり生地で作るフルーツロールケーキ
- ※お持ち帰り 1本

※会員様が現金でご受講の場合:  
5,000円

①パティシエ直伝 習得スキル

- ◆別立て生地のスポンジ製法
- ◆生クリームの気泡理論
- ◆ロールケーキの製法



3/2(木)①・11(土)①②  
吉田 より子 先生  
(料理研究家)

- ・同時調理で作るやみつきカレーパンとミネストローネ
- ・シュリンプサラダとベジタブルオーロラソース
- ・春人参の粒アーモンドケーキ

①吉田先生直伝 習得スキル

- ◆初心者でも作れるカレーパン
- ◆手作り野菜ドレッシングのコツ
- ◆アーモンドパウダーを使わずに作る、コクのある焼き菓子



3/8(水)①  
吉田 より子 先生  
(料理研究家)

- ・うの花 桜ずし
- ・豆腐と湯葉の花しゅうまい
- ・かぶとオレンジのサラダ
- ・カフェオレ羊羹

①吉田先生直伝 習得スキル

- ◆香り豊かな味の変化を楽しめる新感覚散らし寿司
- ◆身近な食材を使った本格豆腐しゅうまい
- ◆和と洋の絶妙なバランススイーツ



3/4(土)①・13(月)③・30(木)①  
キッチンソムリエ基礎講師  
(楠 夕紀)

- ・お造り
- ・鯛の黄身醤油和え
- ・鯛飯
- ・鯛潮汁

※通常より所要時間が長めのレッスンです。(目安:3時間)  
※ビクター料金:6,000円  
※会員様が現金でご受講の場合:  
5,000円

①先生直伝 習得スキル

- ◆三枚おろし
- ◆お造りの引き方
- ◆鯛のいろいろなアレンジ



3/15(水)19:00~21:30  
英会話:西家 あかね 先生  
(キラ女プロジェクト)

料理:淋 亜紀(キッチンソムリエ)

- ・ハワイアンロコモコ
- ・ガーリックシュリンプ
- ・スフレパンケーキ

※ビクター料金:6,000円  
※会員様が現金でご受講の場合:  
5,000円

①先生直伝 習得スキル

- ◆調理で使える英会話
- ◆グレイソースの作り方
- ◆エビの下ごしらえ
- ◆メレンゲ生地の扱い方



3/20(月・祝)①  
森田 栄理 先生  
(国際中医薬膳管理師)

- ・白菜豚ロール
- ・菊花あんかけ
- ・大根と金柑のサラダ
- ・あさりの炊き込みご飯
- ・牛蒡(ごぼう)のスープ

※ビクター料金:6,000円  
※会員様が現金でご受講の場合:5,000円

①森田先生直伝 習得スキル

- ◆普段の食事に薬膳効果を取り入れる
- ◆旬の食材でヘルシーメニュー



3/25(土)①  
森田 栄理 先生  
(国際中医薬膳管理師)

- ・試食:お味噌汁・肉味噌(野菜など)
- ・お持ち帰り:お味噌約2.4kg
- ※容器はご用意致します。
- ※食べ頃は6~7ヶ月後です。

※ビクター料金:6,000円  
※会員様が現金でご受講の場合:  
5,000円

①森田先生直伝 習得スキル

- ◆自家製味噌の作り方
- ◆麴の扱い方

Free Select Lesson Calendar		2017年3月	
1	水	10	金
2	木	11	土
3	金	12	日
4	土	13	月
5	日	14	火
6	月	15	水
7	火	16	木
8	水	17	金
9	木	18	土
		19	日
		20	月
		21	火
		22	水
		23	木
		24	金
		25	土
		26	日
		27	月
		28	火
		29	水
		30	木
		31	金

※①②③の記号は開講時間を表しています。①11:00~ ②15:00~ ③19:00~ ※ビクター料金設定のあるレッスンは、体験レッスン料金でのご受講は出来ません。 ※日程・メニューは変更になる場合がございます。あらかじめご了承くださいませ。