

# 基礎ステップアップコース 24メニュー一覽

..... 理論レッスンの受講日です。

<p><b>A</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・酢豚</li> <li>・かにとチンゲン菜の とろみスープ</li> <li>・簡単! 杏仁豆腐</li> </ul>	<p><b>B</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・簡単手作りナマルの ピビンバ</li> <li>・わかめスープ</li> <li>・きゅうりの即席キムチ</li> <li>・ほうじ茶ゼリー</li> </ul>	<p><b>C</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・鶏と魚介のパエリア</li> <li>・焼き野菜のサラダ</li> <li>・バルサミコドレッシング</li> <li>・ブルドネージュ</li> </ul>	<p><b>D</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・いか飯</li> <li>・ほうれん草のお浸し</li> <li>・あさりのお吸い物</li> <li>・プチドラ焼き</li> </ul>	<p><b>E</b> <i>renewal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ミックスピザ</li> <li>・クラムチャウダー</li> <li>・コーヒーゼリー</li> </ul>	<p><b>F</b> <i>renewal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ちらし寿司</li> <li>・かきたま汁</li> <li>・桜の葛まんじゅう</li> </ul>
<p><b>G</b> <i>renewal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・コロケ</li> <li>・野菜の揚げ浸し</li> <li>・トマト寒天</li> </ul>	<p><b>H</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ポークソテー トマトソース掛け</li> <li>・ほうれん草と きのこのキッシュ</li> <li>・フルーツヨーグルト</li> </ul>	<p><b>I</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ぶり大根</li> <li>・ささみときゅうりの 梅和え</li> <li>・豆腐みたらし団子</li> </ul>	<p><b>J</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ミラノ風カツレツ</li> <li>・ほうれん草のソテーと マッシュポテト</li> <li>・簡単ミルフィーユ</li> </ul>	<p><b>K</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・いなり寿司</li> <li>・巻き寿司</li> <li>・赤だし</li> <li>・水ようかん</li> </ul>	<p><b>L</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・天津飯</li> <li>・春巻き</li> <li>・杏ゼリー</li> </ul>
<p><b>M</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・蒸し野菜</li> <li>・パーニカウダソース</li> <li>・ハニーマスタードソース</li> <li>・アクアパッツァ</li> <li>・チーズ蒸しパン</li> </ul>	<p><b>N</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ナシゴレン</li> <li>・生春巻</li> <li>・タピオカ入り ココナッツぜんざい</li> </ul>	<p><b>O</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・海老とほうれん草の ココナッツカレー</li> <li>・タンドリーチキン</li> <li>・パンナコッタ エスプレッソ風味</li> </ul>	<p><b>P</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・回鍋肉 (ホイコーロー)</li> <li>・えび団子のスープ</li> <li>・ビーナッツあんの ココナッツ団子</li> </ul>	<p><b>Q</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ハンバーグ (肉汁の比較実習)</li> <li>・エビとホタテの ごちそうグラタン</li> <li>・いろいろキノコの マリネサラダ</li> <li>・スフレチーズケーキ ベリーのコンフィチュール添え</li> </ul>	<p><b>R</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・豚の角煮</li> <li>・豚汁</li> <li>・みたらし風豆乳プリン</li> </ul>
<p><b>S</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・油淋鶏 (ユーリンチー)</li> <li>・焼売 (シュウマイ)</li> <li>・マンゴープリン</li> </ul>	<p><b>T</b> <i>renewal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・きのこクリームソース パスタ</li> <li>・蒸し鶏とピクルスの サラダ</li> <li>・アップルパイ</li> </ul>	<p><b>U</b> <i>renewal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・バルマ風雑穀リゾット</li> <li>・カポナータ</li> <li>・オレンジマリネ</li> </ul>	<p><b>V</b> <i>renewal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・親子丼</li> <li>・海老しんじょうの すまし汁</li> <li>・わらび餅</li> </ul>	<p><b>W</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・アサリとエビのフォー</li> <li>・エビのマヨネーズソース</li> <li>・エッグタルト</li> </ul>	<p><b>X</b> <i>renewal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・天丼</li> <li>・きゅうりとタコの酢の物</li> <li>・季節のフルーツ大福</li> </ul>

POINT of COURSE  
コースの  
ポイント

**POINT 01** おもてなし料理をマスター  
ひと手間かけたお料理からスイーツまで...いつもの食卓をワンランクアップ。ホームパーティーや大切なゲストが笑顔になる、おもてなし料理を身につ

**POINT 02** スイーツまで作って2時間完結レッスン  
おもてなし料理を手際よく簡単スピーディーに。2時間のレッスンで、お料理からスイーツまでしっかり作れるコツ・技術を学びます。

**POINT 03** お料理の理論もしっかり学べる  
難しいと思われがちな揚げ物や蒸し物もマスター。水分や温度などの調理のメカニズムを学んで、美味しく仕上がる理論がわかります。

ご予約・お問い合わせ  
**06-6538-0880** [受付]10:00-17:00  
<http://www.kitchen-sommelier.jp/calendar/>

