

Calendar & Table Menu

2017年 06月

	月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3 銭屋塾	4 銭屋塾
朝							
昼							
夜							
	5	6	7 西川シェフ	8	9	10	11
朝		JOY基礎(1)	CHEF'S TABLE			JOY基礎(1)	JOY基礎(2)
昼						CAKING基礎(1)	CAKING応用(1)
夜	JOY基礎(1)	JOY基礎(1)			JOY基礎(1)		
	12	13	14	15	16	17	18
朝		JOY基礎(2)	JOY基礎(2)		JOY応用(1)	JOY応用(1)	JOY応用(1)
昼						CAKING応用(1)	CAKING応用(1)
夜		JOY基礎(2)	JOY基礎(2)	JOY応用(1)	JOY応用(1)		
	19	20	21	22	23	24	25
朝						JOY応用(2)	JOY応用(2)
昼						CAKING応用(2)	CAKING応用(2)
夜					JOY応用(2)		
	26	27	28	29	30		
朝							
昼							
夜							
朝							
昼							
夜							
レッスン開始時間	【朝】 10:30 ~ 【昼】 14:00 ~ 【夜】 18:30 ~ 【CHEF'S TABLE】 11:00 ~ 【60MINUTES CAFE MENU】 ランチレッスン12:00 ~ / 夜のレッスン18:30 ~						
レッスン時間の目安	60MINUTES CAFE MENU						1時間
	JOY TABLE - 基礎 / JOY TABLE - 応用 / CAKING TABLE - 基礎						2時間
	CAKING TABLE - 応用						2時間30分
	HOME MADE BAKERY / 和・Sweets / Home Made Style						3時間
	CHEF'S TABLE						3時間30分

「 」のマークの時間帯はFREEコースとなります。「 」のマークはLabo Cafeオープン日です。

BASIC COURSE

JOY TABLE - 基礎

【1. 梅雨の和ごはん】

- ・ 鯖の味噌煮
- ・ 切干大根の煮物<煮干しのだし>
- ・ 揚げ里芋とすだちのマリネ
- ・ 胡瓜と鰯のお酢のもの
- ・ 玉蜀黍と新生姜のごはん

【2. 洋食 - 夏の普通のビーフカレー】

- ・ 夏の普通のビーフカレー(欧風)
- ・ 夏野菜サラダ - たまねぎドレッシング
- ・ アボカドと海老のタルタル
- ・ パイナップルのブラマンジェ

JOY TABLE - 応用

【1. 夏バテしないサラダ】

- ・ 7品目野菜サラダ - 海藻ドレッシング
- ・ ねばねば野菜の中華風サラダ
- ・ 新感覚かぼちゃの煮もの
- ・ スズキーニのトロンボンチーノと焼きしゃぶ丼

【2. おうち中華】

- ・ 豚ヘル肉と胡瓜と胡桃の炒めもの
- ・ 白身魚とじゃが芋のフリッター - レモンソース
- ・ 蕪の黒酢マリネ
- ・ 黒米のお粥

CAKING TABLE - 基礎

【1. サマーレアチーズケーキ】

- ・ パートサブ
- ・ レアチーズケーキベース

【2. サマーガトーショコラ】

CAKING TABLE - 応用

【1. パイナップルスフレチーズケーキ】

- ・ ショコラ & ガナッシュクリーム
- ・ ラベンダー & ココナッツクリーム

【2. アレンジマドレーヌ】

- ・ ショコラ & ガナッシュクリーム
- ・ ラベンダー & ココナッツクリーム

SPECIAL COURSE

CHEF'S TABLE

【Boulangerie サ・マーシュ 西川功晃シェフ】

Calendar & Table Menu

2017年 06月

BASIC COURSE

JOY TABLE - 基礎

【1. 梅雨の和ごはん】

- ・鯖の味噌煮
- ・切干大根の煮物<煮干しのだし>
- ・揚げ里芋とすだちのマリネ
- ・胡瓜と鰯のお酢のもの
- ・玉蜀黍と新生姜のごはん

季節の素材や乾物を使って、日々のごはんをワンランクアップのレシピです。

【2. 洋食～夏の普通の❝普通の❞ビーフカレー】

- ・夏の普通のビーフカレー(欧風)
- ・夏野菜サラダ～たまねぎドレッシング
- ・アボカドと海老のタルタル
- ・パイナップルのブラマンジェ

夏はスパイシーなカレーがおすすめ!と思うのですが、よく生徒さんから、❝夏の普通のビーフカレーを食べたいけれど、普通のカレーを食べたい❞78;と言われる。普通のカレー(^^ お肉屋さんで売っているカレー肉を使って作ります。

JOY TABLE - 応用

【1. 夏バテしないサラダ】

- ・7品目野菜サラダ～海藻ドレッシング
- ・ねばねば野菜の中華風サラダ
- ・新感覚かぼちゃの煮もの
- ・ズッキーニのトロポンチーノと焼きしゃぶ丼

京野菜を中心に旬野菜7つを使ったサラダは改装ドレッシングでミネラルたっぷりのサラダです。かぼちゃの煮ものは米酢を少し使うことで、塩なしレシピ!ズッキーニは6cmくらいの細切り。みずみずしいズッキーニだからできるメニューです。お肉ちょっとのせて、はいから丼です。ご飯は玄米を使います。

【2. おうち中華】

- ・豚ヘル肉と胡瓜と胡桃の炒めもの
- ・白身魚とじゃが芋のフリッター～レモンソース
- ・蕪の黒酢マリネ
- ・黒米のお粥

Table Oceanのおうち中華は20年前から人気、久しぶりのメニューをピックアップいたしました。夏なので、お酢を使ったレシピが多いですが、つんとこないお酢の使い方を覚えてください。

CAKING TABLE - 基礎

【1. サマーレアチーズケーキ】

- ・パートサブレ
- ・レアチーズケーキベース

パートサブレの生地を焼き、ゼラチンを使って冷やし固めるシンプルなレシピです。サワークリームやヨーグルト、瀬戸内レモンのビネガーを使って、エレガントな味に仕上げます。トップの飾りはありません。夏だけ少し重い生地で、酸

【2. サマーガトーショコラ】

ハイカカオのチョコレートで作ります。冷蔵庫で冷やして食べるのがおいしい配合です。

CAKING TABLE - 応用

【1. パイナップルスフレチーズケーキ】

スフレチーズケーキだけど、パイナップルの酸味を感じるレシピです。

【2. アレンジマドレーヌ】

- ・ショコラ&ガナッシュクリーム
- ・ラベンダー&ココナッツクリーム

クリームが入ったマドレーヌを作ります。

SPECIAL COURSE

CHEF'S TABLE

【Boulangerie サ・マーシュ 西川功晃シェフ】

冷やして食べるパンを作ってくださいそうです、バリエーションはあります!