

Calendar & Table Menu

2017年 11月

	月	火	水	木	金	土	日
			1 コムシノワ	2	3	4	5
朝			CHEF'S TABLE				
昼							
夜							
	6	7	8	9	10	11	12
朝							
昼							
夜							
	13	14	15	16	17	18	19
朝						JOY基礎(1)	JOY基礎(2)
昼						CAKING基礎(1)	CAKING基礎(2)
夜					JOY基礎(1)		
	20	21	22	23 勤労感謝の日	24	25 銭谷塾	26
朝				JOY応用(1)			JOY応用(2)
昼				CAKING応用(1)			CAKING応用(2)
夜	JOY基礎(2)				JOY応用(1)		
	27	28	29	30			
朝							
昼							
夜	JOY応用(2)						
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. お蕎麦屋さん】
- ・蕎麦がきの茸鍋
 - ・だし巻き卵
 - ・茸の天ぷら
 - ・黒酢いなり
- 【2. 旬野菜モダン和食】
- ・トマト牛丼
 - ・焼き大根～海老そぼろあんかけ
 - ・根菜フリット～ごま&豆乳マヨネーズ

JOY TABLE - 応用

- 【1. 浪速の洋食】
- ・海老と卵のコロッケ
 - ・洋野菜の炒め煮(ラタトゥユ)
 - ・キャベツのチーズスープ
 - ・南瓜プディング
- 【2. ハイブリッド和食】
- ・里芋のおかき揚げ
 - ・鯖のおろし煮～ハーブブーケを添えて
 - ・ごぼうのスープ
 - ・きな粉のパバロア

CAKING TABLE - 基礎

- 【1. スライスシフォンケーキ】
- ・スライスのブレンド
- 【2. リコッタチーズのティラミス】

CAKING TABLE - 応用

- 【1. ベイクドアップルパイ】
- 【2. タルトタタン】

SPECIAL COURSE

Calendar & Table Menu

2017年 11月

BASIC COURSE

JOY TABLE - 基礎

【1. お蕎麦屋さん】

- ・蕎麦がきの茸鍋
- ・だし巻き卵
- ・茸の天ぷら
- ・黒酢いなり

基礎クラスのレッスンですが、少し粋なメニューにしてみました。

【2. 旬野菜モダン和食】

- ・トマト牛丼
- ・焼き大根～海老そばろあんかけ
- ・根菜フリット～ごま&豆乳マヨネーズ

ハウストマトの季節がやってきました、ご飯少しで満足できる低糖質丼です。

JOY TABLE - 応用

【1. 浪速の洋食】

- ・海老と卵のコロッケ
- ・洋野菜の炒め煮(ラタトゥユ)
- ・キャベツのチーズスープ
- ・南瓜プディング

住吉にある“やろく”のコロッケをイメージしました。

【2. ハイブリッド和食】

- ・里芋のおかき揚げ
- ・鯖のおろし煮～ハーブブーケを添えて
- ・ごぼうのスープ
- ・きな粉のパバロア

里芋を炊いてからおかきをつけて揚げます。風味がとってもいい揚げ物です。鯖のおろし煮は大根に加えて茸も入っています。青魚と一緒に摂りたい野菜や茸を加えてみました。

CAKING TABLE - 基礎

【1. スライスシフォンケーキ】

- ・スライスのブレンド

ご自分で調合したスライスのブレンドで世界にたったひとつのシフォンケーキをめざします。

【2. リコッタチーズのティラミス】

CAKING TABLE - 応用

【1. ベイクドアップルパイ】

【2. タルトタタン】