

Calendar & Table Menu

2017年 12月

	月	火	水	木	金	土	日
					1	2	3
朝					CAKING基礎(1)		JOY基礎(1)
昼							CAKING基礎(1)
夜					JOY基礎(1)		
	4	5	6	7	8	9	10
朝						JOY応用(1)	JOY応用(1)
昼						CAKING応用(1)	CAKING応用(1)
夜				JOY応用(1)	JOY応用(1)		
	11	12	13	14	15	16	17
朝					CAKING基礎(2)	JOY基礎(2)	JOY基礎(2)
昼						CAKING基礎(2)	
夜					JOY基礎(2)		
	18	19	20	21	22	23	24
朝					CAKING応用(2)	JOY応用(2)	
昼		CHEF'S TABLE				CAKING応用(2)	
夜					JOY応用(2)		
	25	26	27	28	29	30	31
朝							おせち重お渡し
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. おせち料理より】

- ・煮しめ～金時人参・牛蒡・生麸
- ・焼き物～鱈の照り焼き
- ・お酢のもの～五目炒めなます
- ・あんもち雑煮

【2. 小さなクリスマス】

- ・胡桃とカリフラワーのサラダ～カカオドレッシング
- ・りんごのスープ
- ・茸ミートボールのスパイス煮
- ・インソミアクッキー！チューイーなスパイスチョコクッキー

JOY TABLE - 応用

【1. おうち中華の可能性】

- ・スープマーボー
- ・卵と青梗菜の水無炒め
- ・えりんぎと紅心甘根の和えもの
- ・馬拉糕(マラーカオ)

【2. 師走のあたたかい和ごはん】

- ・蕪のおかず蒸し
- ・春菊とひじきの塩麹炒め
- ・蟹と生湯葉の炊き込みごはん
- ・雑穀だんごのお汁粉

CAKING TABLE - 基礎

【1. りんごとカスタードのパウンドケーキ】

- ・りんごのソテー
- ・カスタードクリーム
- ・パウンドケーキの基本

【2. チョコレートアーモンドケーキ】

CAKING TABLE - 応用

【1. クリスマスフルーツケーキ】

【2. フレッシュフルーツのヨーグルトケーキ】

SPECIAL COURSE

Calendar & Table Menu

2017年 12月

BASIC COURSE

JOY TABLE - 基礎

【1. おせち料理より】

- ・煮しめ～金時人参・牛蒡・生麩
- ・焼き物～鰯の照り焼き
- ・お酢のもの～五目炒めなます
- ・あんもち雑煮

【2. 小さなクリスマス】

- ・胡桃とカリフラワーのサラダ～カカオドレッシング
- ・りんごのスープ
- ・苺ミートボールのスパイス煮
- ・インソミニアクッキー！ chewy なスパイスチョコクッキー

JOY TABLE - 応用

【1. おうち中華の可能性】

- ・スープマーボー
- ・卵と青梗菜の水無炒め
- ・えりんぎと紅心大根の和えもの
- ・馬拉糕(マーラーカオ)

御馳走が続くこの季節は、ご自宅ではヘルシーに、でも、時間のある時は少し手間をかけてお料理しましょう。マーボー豆腐をスープスタイルで、ふんわりとあたたかい馬拉糕はおやつにもぴったりです。

【2. 師走のあたたかい和ごはん】

- ・蕪のおかず蒸し
- ・春菊とひじきの塩麹炒め
- ・蟹と生湯葉の炊き込みごはん
- ・雑穀だんごのお汁粉

体があたたまるメニューばかりです。味付けも体に優しい味ですので、風邪予防にもぴったりです。

CAKING TABLE - 基礎

【1. りんごとカスタードのパウンドケーキ】

- ・りんごのソテー
- ・カスタードクリーム
- ・パウンドケーキの基本

りんごとカスタードを入れたパウンドケーキを作しましょう。

【2. チョコレートアーモンドケーキ】

クグロフ型で焼きます。

CAKING TABLE - 応用

【1. クリスマスフルーツケーキ】

【2. フレッシュフルーツのヨーグルトケーキ】