

## 2021年 日本料理 予定表4～6月

日 程	メ ニ ュ ー	主 な 内 容
(1) 4/ 5(月) 4/ 6(火)	・日本料理の基本の出汁(Ⅰ) ・旬の筍料理 吸物 松葉かまぼこ、生麩 煮物 鶏の煮物と筍	出汁の材料について 昆布の種類、かつお節、他 昆布とかつお節で客用吸汁出汁を取る 筍のアクの上手な抜き方
(2) 4/12(月) 4/13(火)	・日本料理の基礎の出汁(Ⅱ) ・おいしいご飯の炊き方 ・青物の茹で方 筍ごはん 春雨、ちくわの清汁 ほうれん草のごま和え	昆布とかつお節で煮物、惣菜用汁等の 出汁を取る 米の研ぎ方 米と水の割合、他 ごまだれの作り方、青菜のゆで方
(3) 4/19(月) 4/20(火)	・日本料理の基本の出汁(Ⅲ) ・魚の扱い方 ・酢の物の作り方 鰯の煮つけ 厚揚げと茸のみそ汁 キャベツとしらすの酢の物	煮干し、他の出汁について 魚の鮮度の見方、扱い方等 こくのある酢の物の調味について 上手なみそ汁の作り方
(4) 4/26(月) 4/27(火)	・揚げ物について アスパラガスと帆立貝のうす衣揚げ きぬさやと麩の卵とじ 五色納豆	カラリと揚がる衣のコツ (油の種類、揚げる温度等) ふんわり卵のとじ方
※ 5/3(月)、5/4(火)は、休日。		
(5) 5/10(月) 5/11(火)	・蒸し物について ・和え物について 和風ハンバーグ 玉子豆腐 アスパラガスのごま酢	蒸し物の素材による火加減 等 コクのある和え物のコツ (しょうゆ洗い、酢洗い他) 挽肉に豆腐をまぜたヘルシーハンバーグ 出汁と卵の割合、他 アスパラガスの上手な茹で方
(6) 5/17(月) 5/18(火)	魚の塩焼き キャベツの信田巻き 甘味 くず桜	塩の仕方、おいしい焼き方 煮物のコツ 楽しい甘味作り
(7) 5/24(月) 5/25(火)	鶏肉の三味焼き 桜えびとひじきの炊き込みご飯 なすの辛子酢	弁当にもむく鶏肉料理 ひじきのもどし方
※ 5/31(月)、6/1(火)は、調整日。		
(8) 6/ 7(月) 6/ 8(火)	卵焼き 白身魚の煮つけ かにかまと胡瓜の梅酢和え	おいしい卵焼きの焼き方 魚の煮つけ方 重宝する梅酢づくり
(9) 6/14(月) 6/15(火)	オクラと長芋のたたき 焼きなすのおひたし 豚肉の光沢煮	なすの焼き方とひたし汁 夏向きの煮物作り
(10) 6/21(月) 6/22(火)	うなぎと胡瓜の二杯酢 南瓜の鶏味噌かけ 清汁 キャベツのふわふわ	うなぎの素焼きを使って 南瓜の煮くずれを防ぐ面取り 卵のふんわりと仕上げるとじ方
(11) 6/28(月) 6/29(火)	吸物 じゅんさい、生麩 向附 葛切り 煮物 揚げなす、油揚げ、他	精進料理 精進料理の材料とその出汁について

※ 5/3(月)、5/4(火)は、休日。

※ 5/31(月)、6/1(火)は、調整日でお休みです。

※ メニューと日取りが変更になる場合がございます。