

<イタリア料理 全36回コース>

\*イタリア料理コースは全36回で、主だったイタリア料理とお菓子が網羅されています。3年サイクルで繰り返し開催されますので、どこから始めても、抜けがあった場合や、もう一度学びたいレッスンは3年後に受講できますので、ご自身のペースでどうぞ。

回数	開催月	課題	メニュー
1	4月	イタリアの地理 ラヴィオリについて	1. フリット・ミスト (魚介と野菜のポレンタ粉のフライ) サルサベルデ添え 2. きのことほうれん草のラヴィオリ、空豆とトマトのソース 3. ズッキーニの詰め物ローマ風、トマトソース添え 4. シナモン風味のデザートラヴィオリ、ブラッドオレンジソース
2	5月	メニュー構成、 フルーツトマトについて	1. カプレーゼ (トマトとモッツァレラチーズのサラダ) 2. いかすみのフェットチーネ、はまぐりとアスパラガスのソース 3. ローマ風サルティン・ボッカ (子牛肉と生ハムとセージのソテーに、じゃがいものピューレを添えて) 4. ビスコッティ・メリガ、コーンクリーム添え
3	6月	基本のソース/ミート&ホワイト ソースについて	1. まぐろと白身魚のカルパッチョ、ロケット菜とオレンジを添えて 2. 茹で卵とバジル入りの手打ちラザーニャ 3. プラリネ入りアッフオガード (アイスクリームのエスプレッソがけ)
4	7月	燻製について	1. 鴨の燻製サラダ 2. 焼きリゾットのパリパリチーズ添え 3. スズキのブラックオリーブ焼き 4. 手作りグリッシーニ
5	8月	いわしの手開き又はアジの三枚 卸し (実習付き)	1. いわし又は、アジの冷製マリネ2種 2. ペペロンチーニ・スパゲッティ (唐辛子とにんにくの Pasta) 3. トリッパの煮込み、グレモラータ添え (牛胃のトマト煮込み)
6	9月	パスタの種類 (ロング乾燥パスタ)、 冷製パスタのコツ	1. ヒイカと野菜の香草風味 2. 冷製トマトのカッペリーニ 3. ズッパイングレーゼ、季節のフルーツ添え
7	10月	チーズについて	1. クロステイーニ3種 2. 4種類のチーズのペンネ 3. カルトッチョ (魚の紙包み焼き) *チーズの蜂蜜がけ付き
8	11月	トスカーナ州 ワインについて	1. パンツァネッラ (司祭のサラダ) 2. トスカーナ風牛肉のグリエ、ほうれん草のグラタン添え 3. ズコット (チョコとナッツの司祭のケーキ) *イタリアンノヴェッロ付き (新酒)
9	12月	イタリアの加工食品について、 鶏のさばき方	1. バーニャカウダ (2種のソースで) 2. カチャトッラ (鶏肉の狩人風、ヴィネガー煮) 3. パネトーネ

回数	開催月	課題	メニュー
10	1月	ボールについて	1. パースタイルのホットサンド&ミックスサラダ 2. 子羊と豆の煮込み 3. フルーツのザパイオーネ
11	2月	バルサミコヴィネガー について	1. ミネストローネ、ペスト添え 2. じゃが芋のニョッキミートソース和え 3. パンナコッタ プラットオレンジのシャーベット添え
12	3月	コーヒーについて *コーヒーの美味しい淹れ方	1. 野菜のリゾット、海の幸のソテー添え 2. ボルペッティエーノの新鮮野菜のソース (チーズとサラミ入りミートボール) 3. モカ風味のセミフレッドのいちごソース
13	4月	リグーリア州について	1. シラスのフリット&野菜のグリルのしらすドレッシングがけ 2. 手打ちトロフイエのジェノヴェーゼ和え 3. ズッパ・ディ・ペッシェ (海の幸の煮込みスープ)
14	5月	メニュー構成、 リストランテの格付けについて	1. 新鮮な海の幸たっぷりのサラダ 2. 薄焼きピッツァ 3. ミラノ風カツレツ 4. りんごのデザートピッツァ
15	6月	コンソメのひき方	1. アランチーニ (スツプリ) 2種 2. コンソメに浮いた2色のトルテリーニ 3. ブラッドオレンジのゼリー&バジルのアイスクリーム
16	7月	パスタについて	1. いかの詰め物〜シチリア風〜 2. 鴨の煮込みパッパルデッレ (幅広の手打ちロングパスタ) 3. イチジクのケーキ
17	8月	イタリアの魚について	1. からすみのパスタ 2. かじきマグロのインボルティエーニ 3. カンノーリ 2種 (ココア・ナッツ&オレンジ・ローズマリー)
18	9月	調味料・食材について	1. 炙り牛肉のカルパッチョパルメザン風味、 タブナード&わさびマヨネーズの2種ソースで 2. リングイーネのペスカトーレ (海の幸のフレッシュトマトソースのパスタ) 3. イタリア版カスタードプリン&ザレッティ (焼き菓子)
19	10月	香草について	1. フレッシュきのこ&香ばしくソテーしたきのこのサラダ 2. ボンゴレ・スパゲッティのトマトソースがけ 3. 白身魚のポテト包み焼き、黄パプリカソース、旬菜のロースト添え
20	11月	ピエモンテ州について	1. ボッリート・ミスト (肉各種と旬菜の茹で煮) サルサ・ヴェルデ添え 2. ほうれん草入り手打ちタリアテッレ、ボルチーニのクリームソース 3. ピエモンテ風ボネ&アマレッティ (アーモンドの焼き菓子のアマレッティ入りのプリン)
21	12月	イタリアのクリスマスについて	1. 塩干し鱈の煮込み&鱈と旬菜のプロシエット 2. 大麦のリゾット、ほろほろ鳥のロースト添え 3. リコッタチーズのタルト&りんごのコンポート添え

回数	開催月	課題	メニュー
22	1月	イタリアのミネラルウォーターについて (味比べ付き)	1. 舌平目のマリネ 2. 手打ちガルガネッリのサルシッチャソース 3. トルタ・ズブリソローナ (ロンバルディアのアーモンドとポレンタ粉の焼き菓子)
23	2月	雑穀いろいろ	1. イタリア雑穀米と地鶏のサラダ 2. タコのミートパスタ (タコで作るミートソース) 3. チョコレートのトルタ、クルミとフランボワーズ風味
24	3月	パンについて	1. 手作りパニーニ (モッツアレラチーズ&トマト&サラミ) 2. 手作りフォカッチャ (鶏肉のグリエマスタード風味) 3. 真鯛のポアレ、ドライトマトとアサリのソース 4. ファーベのスープ (乾燥空豆のスープ)
25	4月		1. アンティパスト5種 (はまぐりのパン粉焼き、ズッキーニのカネロニ仕立て、しゃこと旬菜のマリナーティ、やりいかの墨煮、生ハムグリッシーニ) 2. ひな鶏とローストポテトのコンキリエ 3. レモンチェッロ風味のマチェドニア&アップルアイスクリームパイ
26	5月	ソーセージの作り方について	1. サルシッチャ (生ソーセージ) 2種、3色レンズ豆の煮込み添え 2. 野菜とリコッタチーズのグリーンカネロニ (ほうれん草入り手打ちパスタ) 2. スフォリアテッレ (パイのようなパリパリ感のある貝殻の形をした郷土菓子)
27	6月	シチリア州について	1. カポナータ (シチリア風) 2. いわしとういきょうのブカティーニ (穴の空いた細長いパスタ) 3. カッサータ (リコッタチーズやドライフルーツ、ナッツをサンドしたケーキ)
28	7月	食前酒、食後酒 について	1. 手づくりツナの旬菜添え 2. プッタネスカ〜娼婦風パスタ〜 (オリーブ、ケイパー、アンチョビ入りのパスタ) 3. ジェラート 6種&手作りコーンワッフル *食前酒、食後酒付き
29	8月	カンパーニャ州について	1. ゼッポリーネ (ピザ生地には海草を入れて揚げた郷土料理) 2. ピッツァ・マルグリータ (ナポリ風) &ピッツァ・カプリチオーザ 3. 白身魚のアクアパッツァ 4. ナポリ風サヴァラン
30	9月	栗について	1. ボルチーニスープのカプチーノ仕立て 2. カサレッチ (シチリア発祥断面がS字のパスタ) の ほろほろ鶏のラギーソース 3. カスタニャッチョのトルタ (栗の粉を使ったケーキ)
31	10月	ヴェネト州について	1. バッカラと海の幸のタリアテッレ (干シダラと魚貝のパスタ) 2. サーモンと帆立貝のカルパッチョ風 ポレンタ添え 3. ティラミス、牛乳アイス添え

回数	開催月	課題	メニュー
3 2	11 月	ロンバルディア州について	1. アスパラガスと卵のミラノ風 2. オッソブーコ、ミラノ風リゾット添え (仔牛の骨付きスネ肉を筒切りにし、トマトで煮込んだ料理) 3. かぼちゃのプリンの盛り合わせ
3 3	12 月	銘柄豚について	1. 魚のムニエル、カルリーナ風 (ベニスにあるレストラン、ハリーズバーのスペシャリテ) 2. 銘柄豚と豆のバルサミコ煮込み 3. シュトゥルーデル (りんごの詰め物を薄く延ばした生地は何層も巻いて焼いたパイ)
3 4	1 月	ラツィオ州について パンチェッタ	1. スパゲッティ・カルボナーラ (パンチェッタを手作りします) 2. 鶏肉のローマ風煮込み (鶏肉を八つ落としにしてトマト煮込みにします) 3. チョコレートサラミ (見た目がまるでサラミな、棒状チョコレート)
3 5	2 月	プーリア州について	1. タラッリ (輪になった堅焼きパン) 2. 野菜のフリッタータ (野菜入りのオムレツ) 3. アンチョヴィとブロッコリーのオレキエッテ (耳たぶの形をした手打ちパスタ) 4. サーモンのフレッシュトマトソース
3 6	3 月	エミリア・ロマーニャ州、 生ハム、モッツァレラチーズに ついて	1. トルタフリッタ (ピザ生地を揚げたもの) 2. 生ハムモッツァレラ 3. ボローニャ風スパゲッティ (ミートソースのスパゲッティ) 4. 洋梨のクロスタータ (洋梨のタルト)