

川上文代料理教室 2025 年 4 月スケジュール

イタリア料理

講師:川上文代 3時間半レッスン料 税込み 1万円 37/48 回目

4月3日(木)11:00～、19:00～、5日(土)11:00～、6日(日)11:00～、8日(火)11:00～、12日(土)11:00～

課題: 4月 サルデーニャ州

1. セロリとからすみとペコリーノチーズのサラダ
2. ロリギッタス (メビウスの輪のような形の手打ちパスタ)
3. 子羊とじゃがいも入りのパナディーナ
4. セアダスのはちみつがけ

*4年サイクルなので全て受講するとイタリア料理と菓子が網羅できます。1回完結型なので単発でも可能です。

フランス料理

講師:川上文代 3時間半レッスン料税込み 1万円 1/48 回目

4月16日(水)11:00～、19日(土)11:00～、20日(日)11:00～、

26日(土)11:00～、23日(水)19:00～、28日(月)11:00～

課題:ふわふわなスポンジの焼き方、デコレーションの方法

1. 卵のグラタン・シメー風
2. マグロの煮込み、プロヴァンス風
3. いちごのショートケーキ

※2021年4月の川上文代のアメブロ<http://ameblo.jp/fumiyokawakami/>やFBでレッスンの様子をご覧ください。

*4年サイクルなので全て受講するとフランス料理と菓子が網羅できます。1回完結型なので単発でも可能です。



川上文代料理教室 2025 年 5 月スケジュール

イタリア料理

講師:川上文代 3時間半レッスン料 税込み 1万円 38/48 回目

5月7日(水)11:00～、8日(木)11:00～、10日(土)11:00～、

11日(日)11:00～、17日(日)11:00～、9日(金)19:00～

課題:フリウリ=ヴェネチア・ジューリア州

1. 米とグリーンピースのブロード
2. チャルソンス (詰め物パスタ)
3. トリエステ風グーラッシュ
4. プレスニツ (ナッツがぎっしり詰まった焼き菓子)

*4年サイクルなので全て受講するとイタリア料理と菓子が網羅できます。1回完結型なので単発でも可能です。

フランス料理

講師:川上文代 3時間半レッスン料 税込み 1万円 2/48 回目

5月21日(水)11:00～、23日(金)11:00～、24日(土)11:00～、25日(日)11:00～、

26日(月)11:00～、31日(土)11:00～

課題: 油脂、乳化、アスパラガスの下処理について

1. アスパラガスのオランダーズ・ソース
2. 鶏肉の赤ワイン煮 (鶏のさばきかた)
3. パナナ・フランベ&ラム・レーズンアイス

※2021年5月の川上文代のアメブロ<http://ameblo.jp/fumiyokawakami/>やFBでレッスンの様子をご覧ください。

*4年サイクルなので全て受講するとフランス料理と菓子が網羅できます。1回完結型なので単発でも可能です。

川上文代料理教室 2025年6月スケジュール

イタリア料理

講師:川上文代 3時間半レッスン料 税込み1万円 39/48回目

6月1日(日)11:00～、4日(水)11:00～、10日(火)11:00～、15日(日)11:00～、28日(土)11:00～

課題:トレンティーノ・アルト・アディジェ州について

1. アスパラガスのボルツァーノ風
2. チローレル・グレーステル (じゃがいもと肉のソテー)
3. カネーデルリ (ドイツ語圏のクヌーデル)
4. リンツァートルテ

*4年サイクルなので全て受講するとイタリア料理と菓子が網羅できます。1回完結型なので単発でも可能です。

フランス料理

講師:川上文代 3時間半レッスン料税込み1万円 3/48回目

6月17日(火)11:00～、18日(水)11:00～、21日(土)11:00～、29日(日)11:00～

課題:魚の5枚卸しの方法

1. レンズ豆のサラダ、きのこのソテー添え
2. 白身魚のデュグレレ (フランスの魚料理の王道)
3. クレーム・ブリュレ

※2021年6月の川上文代のアメブロ<http://ameblo.jp/fumiyokawakami/>やFBでレッスンの様子をご覧ください。

*4年サイクルなので全て受講するとフランス料理と菓子が網羅できます。1回完結型なので単発でも可能です。



川上文代料理教室 2025年7月スケジュール

イタリア料理

講師:川上文代 3時間半レッスン料 税込み1万円 38/48回目

7月2日(水)11:00～、6日(日)11:00～、8日(金)11:00～、12日(土)11:00～、13日(日)11:00～

課題:詰め物パスタについて

1. アニョロッティ (つまむという意味のピエモンテ州のパスタ)
2. 牛肉のタリアータ
3. 白身魚の塩生地包み焼き
4. パバッシーニ (サルデーニア州の焼き菓子)

*4年サイクルなので全て受講するとイタリア料理と菓子が網羅できます。1回完結型なので単発でも可能です。

フランス料理

講師:川上文代 3時間半レッスン料 税込み1万円 4/48回目

7月16日(水)11:00～、20日(日)11:00～、25日(金)11:00～、27日(日)11:00～

課題: 牛肉・牛の内臓について

1. メロンのスープ&トマトのコンソメジュレ
2. 鶏肉のガランティーヌ&3種のディップ (鶏の背開き)
3. 牛胃の煮込み、カーン風 (りんご風味)

※2021年7月の川上文代のアメブロ<http://ameblo.jp/fumiyokawakami/>やFBでレッスンの様子をご覧ください。

*4年サイクルなので全て受講するとフランス料理と菓子が網羅できます。1回完結型なので単発でも可能です。

リクエスト講座

講師:川上文代 4時間 レッスン料 税込み1万円 (日時・内容・相談可)

*皆様からのリクエストによる講座です。

料理の基本の切り方や包丁の動かし方、泡立て方や食材の扱いなどを中心に学んでいただく基本の講座から、点心やテリーヌなどはじめ、各国料理を学ぶ講座で、習いたい料理が学べる講座です。

ご相談しながら日時や内容など決められる、バラエティに富んだ講座です。

- ① 料理のきほん I (野菜の切り方、魚の卸し方、包丁の動かし方、ドレッシング、フルーツサラダ)
- ② 豚肉のロースト、マヨネーズ、ロース糸の巻き方、スポンジ生地の作り方や絞り出し方
- ③ 鶏の卸し方(各自1羽)、食材の下処理や切り方、基本の鶏肉料理各種
- ④ テリーヌ I (彩り野菜のテリーヌ、肉のテリーヌ、ケーキ・サレ、フルーツのテリーヌ)
- ⑤ ソース各種とソースに合う料理
- ⑥ スペイン I (パエリア、ガスパチョ、スパニッシュオムレツ、コシード、クレーマカタラーナ)
- ⑦ 韓国料理 (参鶏湯、オイキムチ、チヂミ、ナムル、うずら卵のピリ辛漬けなど)
- ⑧ 卵料理 (オムレツ、だし巻き卵、スクランブルエッグ、卵とトマトの中華炒め、茶わん蒸しなど)
- ⑨ 和食 (お米のとぎ方・ごはん、みそ汁、煮魚または焼き魚、天ぷら、きんぴら、肉じゃがなど)
- ⑩ 中国料理 I (チャーハン、マーボー豆腐、中華風蒸し魚、春巻き、海老チリ、タピオカココナッツ)
- ⑪ 点心 I (海老蒸し餃子、ショーロンポー、大根餅、肉まん、胡麻団子など)
- ⑫ タイ料理 I (ヤムウンセン、トムヤムクン、プーパッポンカレー、ラープムー、グリーンカレーなど)
- ⑬ ベトナム料理 I (生春巻き、フォー、バインミー、バインセオ、チャーなど)
- ⑭ 洋食 (グラタン、ハンバーグ、オムライス・トマトカップサラダなど)
- ⑮ 点心 II (水餃子、ちまき、胡椒餅、ココナツ団子など)
- ⑯ スパイス (スパイスを使ったカレー、サラダ、肉料理、魚料理、ケーキなど)
- ⑰ きのこ (新年度版きのこ料理各種、各きのこの土瓶蒸しやコンソメなど)
- ⑱ パン I (カレーパン、バゲット、テーブルロール、ドライフルーツ入りパンなど)
- ⑲ メキシコ料理 (トルティーヤ、アボカド入りスープ、フリホーレス、サルサ・メヒカーナ、ワカモーレなど)
- ⑳ 点心 III (焼き小籠包、肉団子のもち米蒸し、揚げ&焼き春巻き、白玉団子入りキンモクセイのシロップ)
- ㉑ テリーヌ II (野菜とチキンのテリーヌプレッセ、ジャガイモとコンビーフの温かいテリーヌ、魚介のテリーヌ、焼きリンゴのテリーヌ)
- ㉒ おすし (すし飯の作り方、すし屋の卵焼き、巻き寿司、にぎり寿司、焼きサバの棒寿司など)
- ㉓ お菓子 I (シュー生地を使ったサントノーレ、ムースをのせたタルトレット、ザッハトルテ)
- ㉔ 冬の海の幸 (蟹、あんこう、白子、なまこ、ブリなど冬を代表する海の幸から)
- ㉕ インド料理 I (ビリヤニ、ライタ、チーズナン、チャナマサラ、ムリガトワニススープ、アチャールなど)
- ㉖ パン II (メロンパン、食パン、ベーグル、ブリオッシュ、生ドーナツなど)
- ㉗ モロッコ料理 (クスクス、タジン、モロッカンサラダ、ナスのザッルーク、豆とトマトのスープなど)
- ㉘ 中国料理 II (クラゲと生ハムときゅうりのサラダ、芙蓉蟹、海老と野菜の塩炒め、鮑のオイスターソース煮、焼きビーフン、マンゴープリンなど)
- ㉙ お菓子のきほん I (ショートケーキ&ロールケーキを各自1台作ります。クレームシャンティ、バタークリーム、ナッペのコツなど)
- ㉚ トルコ料理 (タラマ&フムスなどの前菜、ヨーグルトとトマトのマントウ、花嫁のスープ、キョフテ、ヴァクラヴァなど)
- ㉛ ドイツ料理 (グーラッシュ、クヌーデル、アイスバイン、プレッツェル、シュトレン)
- ㉜ ペルー料理 I (ペルーについて、セビーチェ、パパ・レジェーナ、海老のクリームスープ、キヌアと野菜のチキンピラフ、チチャモラーダ、マサラ・モラーダ、ミルク粥、ピスコサワー)
- ㉝ お菓子 II (ガトー・マルジョレーヌ、シフォンケーキ、カルディナルシュニッテン)
- ㉞ インド料理 II (サンバル 豆のスープ、エッグブルジ、魚のカレー、パラータ 渦巻きパン、ココナツ菓子など)

- ③⑤スリランカ料理Ⅰ(スリランカ料理の基本、エッグボンバー、豆のカレー、サバカレーなど)
- ③⑥ペルー料理Ⅱ(NIKKEI料理、レチェ・デ・ティグレ、マキ(巻き寿司)、ロモ・サルタードなど)
- ③⑦季節の魚料理(毎回一人1尾(個)の魚介のさばき方付き。ジャンル問わない内容)
- ③⑧おせち料理(毎年内容が変わります。12月末日開催。)
- ③⑨ポルトガル料理(エッグタルトなど)
- ④⑩台湾料理(豆腐干しの和え物、バーワン、牛肉麺、パイナップルケーキ)
- ④⑪シチリア料理(トラパニ風クスクスなど)
- ④⑫フランス研修旅行料理(ポロ葱のヴィネグレット、ブラッスリージョルジュのオニグラ、プラリネ・ブリオッシュなど)
- ④⑬スペイン料理Ⅱ(マッシュルームのセゴビア風、いかすみのパエリア、鱈のブニュエロス、フランデナランハ(オレンジのプリン)など)

和のおもてなしレッスン

講師：川上文代 11：00～4時間レッスン料 税込み1万円

内容：魚を中心にした季節の和のおもてなし料理 約6品

*過去のアメブロ<http://ameblo.jp/fumiyokawakami/>やFBやInstagramでレッスンの様子をご覧ください

ガレット&クレープ講座

講師：川上文代 バリッと香ばしい網目状のガレット生地を伝授します。全国でもガレット&クレープの教室は少なく、“副菜いらずの満足ガレット”(誠文堂新光社より)の著者から直接学ぶレッスンです。*日時相談可。

*8時間レッスン代 22000円(2万円+税) 11:00～19:00または10:00～18:00

ロゼルの動かし方、鉄板を使いクレープとガレット生地約30枚焼き、シールドと共にお召し上がり頂きます。生地の配合色々、器具の手入れ、電気とガス火の違い、ガレットとクレープの歴史、地域ごとの食べ方や焼き方や厚さの違い、そば粉の違い食べ比べ、ガレットに合わせた飲み物各種、油ひきの作り方、開店の相談など。

低温真空調理レッスン

講師川上文代 6時間レッスン代 15400円(14000円+税)11:00～17:00など日時相談可。

低温真空調理の第一人者、“家庭料理の大革命 低温真空調理のレシピ”(グラフィック社より1800円+税)の著者から直接学ぶレッスン。

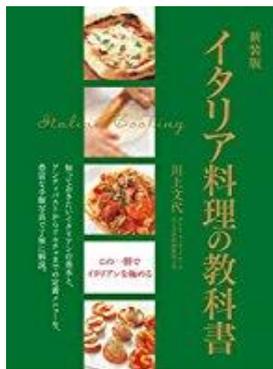
*内容・・・低温真空調理に加え、菌や食中毒について普段から料理をする上で、知らねばならないことを学びます。低温調理器の使い方・細菌やたんぱく質の基礎知識・温度帯による変化・ロゼに仕上がるローストビーフ・ねっとりサーモンマリネや魚介・しっとり鶏や豚ハム・温泉卵・甘酒 など。44℃、55℃、66℃、77℃、88℃で低温真空調理をします。たんぱく質の熱変性に加えコラーゲン、ペクチンによる熱変性を学びます。肉・魚・野菜・果物を使った応用料理を学びます。

川上文代の認定講座

「フランス料理」「イタリア料理」「魚料理」の免許皆伝の認定講座。

12日間×6時間で教科書シリーズの著者から直接学べます。

※3人以上集まれば、日時をご相談の上、順次開講します。(定員5名)



①認定講座:フランス料理認定コース

講師:川上文代 10:00~18:00(全12回) 前納 330,000円(30万+税) *只今、8期生募集中!
「フランス料理の教科書」を中心に著者から直接学び、教科書を使つての指導・料理提供認可の特典付き。

②認定講座:イタリア料理認定コース

講師:川上文代 10:00~18:00(全12回) 前納 330,000円(30万+税) *只今7期生募集中!
「イタリア料理の教科書」を中心に著者から直接学び、教科書を使つての指導・料理提供認可の特典付き。

③認定講座:魚料理認定コース

講師:川上文代 10:00~18:00(全12回) 前納 330,000円(30万+税) *只今8期生募集中!
「魚料理の教科書」を中心に著者から直接学び、教科書を使つての指導・料理提供認可の特典付き。

～ご案内・イベント・他～

* 体験レッスン・・・随時募集中。(コースによって、一部人数を制限させていただいています。)開講日時など、ご相談に応じてある程度融通できます。

* ご紹介制度・・・ご入会された方、もしくはご紹介いただいた方がご入会された場合は双方に、川上文代の著書を直筆サイン付きで差し上げています☆

* 電話やメールでのご予約・お問い合わせ・・・03-6427-7799 または、mail ⇒info@delice-dc.com
住所:渋谷区広尾 1-7-2 藤和広尾レジデンス 404 広尾・恵比寿の間(どちらの駅からも徒歩約9分)

- ・デリス・ド・キュイユール川上文代料理教室ホームページ: <https://www.delice-dc.com/>
- ・川上文代 Facebook: <https://www.facebook.com/fumiyo.kawakami>
- ・アメブロ 川上文代の日々の食&日記: <https://ameblo.jp/fumiyokawakami/>
- ・YouTube 料理研究家川上文代の日々: <https://www.youtube.com/channel/UC7OIzVlCFu9oP4eIenCD67Q>
- ・川上文代のInstagram @delicefumiyo
- ・x 川上文代@z2y26892 旧ツイッター<https://twitter.com/fumiyokawakami>
- * 川上文代の著書・・・約150冊(このうち約30冊は翻訳本)あり、amazonなどで約90冊紹介されています。