

フレンチ & イタリアンクッキング予定表 2019年7～9月

日程	メニュー	内容
(11) 7/3	きゅうりとトマトのサラダ ハンバーグステーキ フライドポテト 人参のグラッセ	ふんわり焼きあげるコツ 肉料理のつけ合わせ
(12) 7/10	ラトウイユ ヴィシソワーズ メキシコ風炊込みごはん	じっくりと煮込んだ夏野菜料理 冷たいスープ パラリと炊く米の炒め方、火加減
(13) 7/17	アボカドのディップ 鶏肉のハーブパン粉焼き なすとズッキーニのチーズ焼き	便利なディップ作り カリカリと香ばしい鶏の焼き方 野菜のスタミナ料理
※ 7/24(水)は、調整日。		
(14) 7/31	カチュンパー タンドリーチキン クローブ風味のごはん	インド風生野菜のサラダ インドの伝統的鶏料理
(15) 8/7	あさりのワイン蒸し サフラン風味 豚肉となすのトマト焼き レタスと卵のサラダ アンチョビーソース	おつまみになる一品 相性のよい3品のチーズ焼き
※ 8/14(水)は、夏休み。		
(16) 8/21	バーニャカウダ サンドイッチ イギリス風 マンゴームース	イタリアの代表的な料理 上手なサンドイッチの作り方 簡単便利なデザート
(17) 8/28	なすときのこの前菜 あじのトマトソース煮 南瓜のチーズコロッケ	作りおきのきく前菜 トマトソースの作り方
(18) 9/4	ライスサラダ イタリア風 豚肉とキャベツのファルシー マスタードソース ワインゼリー	おしゃれな味の豚肉料理 フレッシュなぶどうのゼリー
(19) 9/11	冷製パスタ 豚肉のグリレ キコリ風 スイートポテト	冷製用パスタのゆで加減等 コクのあるきのこソース おいしいさつまいもペーストの作り方
(20) 9/18	たこのマスタードソース 栗と豚挽肉のチーズのグラチネ キャロットスープ	たこのピリツとした前菜 秋の味覚の家庭料理 お肌によい人参スープ
(21) 9/25	タラモ サラダ 鶏肉のパプリカ煮 ヴァニレッキ プエルン	ギリシャの前菜 鶏を焼いて煮込むおいしいコツ等 ドイツのアーモンドクッキー

※ 7/24(水)は、調整日。

※ 8/14(水)は、夏休み。

※ メニューは変更になる場合がございます