

## 2025年 日本料理 予定表4～6月

日 程	メ ニ ュ ー	主 な 内 容
(1) 4 / 7(月)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・和食の基本の出汁(Ⅰ)</li> <li>・旬の筍料理</li> </ul> 春雨、ちくわの清汁 煮物 鶏と筍の煮物	出汁の材料について 昆布の種類、かつお節、他 昆布とかつお節で煮物、惣菜用汁等の <div style="text-align: right;">出汁を取る</div> 筍のアクの上手な抜き方
(2) 4 / 14(月)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・和食の基礎の出汁(Ⅱ)</li> <li>・おいしいご飯の炊き方</li> <li>・青物の茹で方</li> </ul> 吸物 松葉かまぼこ、生麩 筍ごはん ほうれん草のごま和え	昆布とかつお節で客用吸汁出汁を取る 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 / 21(月)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・和食の基本の出汁(Ⅲ)</li> <li>・魚の扱い方</li> <li>・酢の物の作り方</li> </ul> 鰹の煮つけ 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  おいしいみそ汁の作り方 酢の物の基本
(4) 4 / 28(月)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・揚げ物について</li> </ul> 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 / 5(月)は、休日。		
(5) 5 / 12(月)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・蒸し物について</li> <li>・和え物について</li> </ul> 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 / 19(月)	白身魚の塩焼き 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 / 26(月)	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
(8) 6 / 2(月)	卵焼き 白身魚の煮つけ かにかまと胡瓜の梅酢和え	卵焼きのコツ 魚の煮つけ方 重宝する梅酢づくり
(9) 6 / 9(月)	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	胃にやさしい小鉢 なすの焼き方とひたし汁 夏向きの煮物作り
(10) 6 / 16(月)	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 卵のふんわりと上げるとじ方
(11) 6 / 23(月)	吸物 じゅんさい、生麩 向附 葛切り 煮物 揚げなす、いんげんの信田巻	精進料理 精進料理の材料とその出汁について
(12) 6 / 30(月)	ひじきのいり煮 豚肉の味噌漬け焼き 揃え素麺	常備菜 便利な味噌漬け焼き 美味な麺つゆとそうめんの上手な茹で方

※ 5 / 5(月)は、休日です。

※ メニューと日取りが変更になる場合がございます。