

# 枚方南支部 同好会

(松愛会枚方南支部 料理教室)



## 「2014年度第1回料理教室」

2014.5.20

2014年度料理教室の1回目が、5月20日（火）に南部生涯学習市民センター（ユウカリ）で開催されました。今年のテーマも「料理の基本（定番メニュー）をマスターする」の(全5回)です。今年の申し込みは25名を超える盛況を頂きました。先着順で23名の登録で開始させていただきました。昨年からの継続が19名で新しいメンバーが4名です。

1回目の参加者は2名の欠席があり、21名でした。班の人数を調整するために、世話役の櫻田さんにB班からD班に移ってもらいました。

今年最初の料理教室で、加藤講師の自己紹介からスタートし、新メンバー4名の紹介もさせていただきました。

初回は「春キャベツとベーコンのパスタ」「カルパッチョ」「ミネストローネ」の3品です。加藤講師から本日の3品についてのレシピを懇切丁寧に手順を踏まえて説明いただきポイントのお手本（鮮魚の薄切り）を見せていただき、代表で中村さんに試してもらいました。中々の包丁さばきでした。

本日はパスタ料理で大きな写真の鍋を使う班もありました。最初は「ミネストローネ」の野菜切りを全員で行い、煮る時間を利用して「カルパッチョ」用の鯛を薄切りにして塩・コショウを掛けた皿に並べました。その上にも少しの塩・コショウを掛け、サランラップをして、上から押さえ空気を抜き冷蔵庫に入れます。同時にベビーリーフとミニトマトを切って、冷蔵庫へ。

次は大きめの鍋に水を入れて沸騰させ、スパゲティーと塩1～2%を入れ、表示時間の2分前に春キャベツを入れます。フライパンにオリーブオイルとニンニク・鷹のつめを入れてから※弱火にかけます。香が出てきたらベーコンを加え炒めパスタのゆで汁をお玉に半分くらい入れ、フライパンをゆすり乳化させます。その中に茹でたパスタを加えて炒め合わせます。塩と粗びきコショウで味を調え完成です。

完成した料理を皿に盛り試食の準備が出来ました。

今回の試食も皆さん「うまいまい」と言って、お腹一杯になりました。食後のデザートをいただき、質疑応答の時間に入りました。

今回は時間の余裕が無く、13時の終了予定時間に後かたづけが出来るか心配されましたが、一致協力して何とか終わりました。

次回は6月17日に、「鰯の照り焼き」人参の煎り卵」「けんちん汁」の3品です。

(・写真：中村雅裕 永井和人・報告HP作成：永井和人)

		
本日の献立 3 品	包丁を砥ぐ	先生からレシピの説明
		
ミネストローネの食材切り	鮮魚の薄切り	ミネストローネを煮る
		
カルパッチョの盛り付け	試食の準備	A 班のみなさん
		
加藤講師と B 班のみなさん	C 班のみなさん	D 班のみなさん

