

## 未来食スクール [応用] 日程・詳細

【時間】 15:30~21:00 【参加費】 1 コース 130,000 円

【参加資格】 未来食スクール [基礎] もしくは、旧：クックリーセミナー&スイーツクックリーセミナーを修了した、つぶつぶの会員

2017年 日程

メニュー内容 (予定)

冬  
コース

1月 22(日)

### 粒ソバソーセージ応用

粒ソバソーセージの板麩パイ包み、粒ソバロールキャベツ、粒ソバのテリーヌ、黒米ヒエ大根ごはん、生白菜と粒そばと焼き油揚げの和風サラダ、きな粉ムース 他

2月 19(日)

### もちアワ with 発酵コーンのバリエーション

もちアワチーズフォンデュ、応用チーズグラタン、もちアワとキャベツの重ね蒸し、オニオングラタンスープ、ナッツごはん、漬け物入豆腐クリーム和え、レモンムース 他

3月 19(日)

### 高キビを極める①

高キビボールのソテー、高キビローフ、胡麻揚げパン、牛蒡と高キビのスープ、高キビとごぼうとインゲンのサラダ、高キビ桜ごはん、苺大福 他

春  
コース

4月 23(日)

### ヒエを極める① ヒエフィッシュ編

ヒエのエスカベッシュ、スズキ風ポワレ、かまぼこ、つみれ、ヒエとアスパラガスのポターージュ、牛蒡サフランライス、タマネギレモンソース、柴漬け入りタルタル風、ミルクレープ 他

5月 21(日)

### アマランサス応用 de 手巻き寿司

ピーナッツヒエ豆腐 (ウニ風)、アマランサス明太子、きのこ味噌、高キビそばろ、寒天ジュレサラダ、穴子煮風レンコン、高野しそフリッター、味噌汁、プチシュー 他

6月 18(日)

### もちキビを極める①

オムレツ、キッシュ、インゲンのもちキビドレッシング、オムライス用トマトライス、もちキビとズッキーニのカレースープ、ティラミス 他

夏  
コース

7月 23(日)

### ヒエを極める②

ヒエマッシュグラタン、ナスのムサカ、ヒエ粉マヨネーズのサラダ、ヒエのイタリアンスープ、パプリカごはん、タンポポコーヒーゼリー 他

8月 27(日)

### キヌア & うるちアワを極める

切り干し煮うるちアワ和え、うるちアワと秋なすのソテー、焼きパプリカのステーキ、キヌアの数の子風、薄切りジャガイモの和風サラダ、キヌアとキャベツとピーマンのスープ 他

9月 17(日)

### 鉱泉水を使ったデザート

つぶブルカスタード、オニオンカレーワッフル、クグロフ、ヒエバナナケーキ、マフィン、栗のグラッセ、3色芋ごはんのミルク粥、漬け物オイルサラダ 他

秋  
コース

10月 22(日)

### もちキビを極める②

ピロシキ、大根のもちキビファルシー、シシャリク、カーシャボルシチ、ピーツのサラダ、きのこご飯、たくあんドレッシングサラダ 他

11月 19(日)

### 乾物 de 中華の達人になる

北京ダック、チャーシュー (ミニ塩ラーメン)、ヒエローフ、シュウマイ、獅子頭、フカヒレあん、煮込み絹さや、カブとキヌアの丸ごと蒸しサラダ、ヒエ甘酒豆腐 他

12月 17(日)

### 高キビを極める②

高キビソテー、キーマカレー、キーマパロータ、高キビのぜんまい煮、もちり蒸しレンコンの高キビソテー、プイヤベース、アップルシュトゥルーデル 他

※メニューは予告なく変更になる場合があります。ご了承ください。