

## 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

	日程	メニュー内容 (予定)
春 コース	2018年 4月 22(日)	<b>ヒエを極める① ヒエフィッシュ編</b> 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 20(日)	<b>アマランサス応用 de 手巻き寿司</b> 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 17(日)	<b>もちキビを極める①</b> 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 22(日)	<b>ヒエを極める②</b> 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、パブリカごはん、タンポポコーヒーゼリー 他
	8月 19(日)	<b>キヌア &amp; うるちアワを極める</b> 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、焼きパブリカのステーキ、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 16(日)	<b>鉱泉水を使ったデザート</b> つぶプルカスタード、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 21(日)	<b>もちキビを極める②</b> 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 18(日)	<b>乾物 de 中華の達人になる</b> 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 16(日)	<b>高キビを極める②</b> 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
冬 コース	2019年 1月 20(日)	<b>粒ソバソーセージ応用</b> 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 17(日)	<b>もちアワ with 発酵コーンのバリエーション</b> 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 17(日)	<b>高キビを極める①</b> 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

※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。

※日程は事情により変更になる場合があります。ご了承ください。