

# 季節の日本料理講習会 献立

主催

日本料理研究会横浜支部

日本料理研究会厚木支部

日本料理研究会横浜鈴庵支部

公益社団法人日本料理研究会

後援  
味の素株式会社



# 小鉢、旬菜、肉料理

加藤 亨

（日本料理研究会・師範／横浜・ザニューオークラ 料理部総料理長）

## 小鉢七種

カリフラワー

西 京 煮  
管牛蒡利久煮

栗豆含め煮  
結び人參

絹 さ や  
煎り胡麻

塩麹 蜜漬  
アボカド、柿

梨、葡萄  
白 酢 衣

キャビア  
シブレット

鮫肝べつたら漬巻  
芋金団奉書巻

旨煮昆布味噌漬  
縊り人參

浅葱見立花  
針 柚 子

鮫肝檸檬煮  
とんぶり

丁子 茄子  
軸菜、芋白衣

土佐海鼠粉がらみ  
火取り干子

あられ芋  
縊り人參

軸三つ葉  
鮭 焼 霜

彩り野菜、芽物  
三味 醬 油

海老芋 蕎麦  
鴨 治 部 煮

海老そぼろ  
粒蕎麦餡掛け

色 紙 海 苔  
糸唐辛子、山葵

## 旬彩五種

車海老油霜  
穴 子 油 霜

彩り野菜、芽物  
柴麻醬酢味噌

ジーマミ豆腐  
茹で落花生

松 笠 慈 姑  
山葵、旨出汁

替り小袖玉子  
薩 摩 芋

レ ー ズ ン  
翡翠 銀 杏

紅葉麩煎餅  
木の葉生姜酢漬

木の葉生姜酢漬

## ▽小鉢七種

●カリフラワー西京煮は、カリフラワーを下茹でし、西京煮として煎り胡麻をまぶす。管牛蒡利久煮は、牛蒡を下茹でして管牛蒡とし、笹切りして八方煮とし、播り胡麻を入れて利久煮とする。

●トマト麩含め煮は、トマト麩を下茹でし、含め煮とする。栗豆含め煮は、栗豆をもどして薄皮を剥き、含ませる。結び人參、絹さやは、説明を略す。

●塩麹蜂蜜漬は、地を合わせ、アボカド、柿、梨、葡萄を下処理し、漬ける。白酢衣にクリームチーズを入れ、天にキャビアを盛り、シブレットを添える。

●鮫肝べつたら漬巻は、鮫肝を下処理して棒状にして蒸し、地を合わせて蒸し煮とする。市販のべつたら漬を薄く庖丁し、先の鮫肝を芯にして巻く。

●芋金団奉書巻は、薩摩芋ペーストを塩、砂糖で下味をつけて練って金団とし、大根を桂剥きして立塩に浸けてから甘酢に漬け、先の芋を芯にして巻く。

●旨煮昆布味噌漬は、出汁昆布の残りをよくもどして両味で炊き、白味噌に二割の田舎味噌を入れ、甘酒、砂糖を入れてのぼし、床漬とする。

●縊り人參、浅葱見立花、針柚子は、説明を略す。鮫肝檸檬煮は、鮫肝を下処理し、酢に水を割り、砂糖少々、檸檬輪切りを入れて檸檬煮とする。芋白衣は、白和え衣を作り、薩摩芋ペーストを和わせる。

●とんぶり、丁子茄子、軸菜は、説明を略す。

●土佐海鼠粉がらみは、海鼠を下処理して庖丁し、鍋に地を合わせて沸かし、甕に先の海鼠を入れ、沸かした地を入れて蓋をし、自然に冷ます。粉がらみは、干海老を空煎りして潰し、先の海鼠と和える。

●あられ芋、縊り人參、軸三つ葉は、説明を略す。鮭焼霜は、柵取りした鮭に塩、胡椒し、卸し大蒜で香りづけし、フライパンで焼霜とする。

●海老芋蕎麦は、海老芋を桂剥きし、切り出して明礬水に浸けた後、風干しとする。蕎麦粉七、薄力粉三を合わせ、芋に卵白を付け、蕎麦粉を付けて昆布出汁に落として火を通し、冷水に取る。

●鴨治部煮は、下処理した鴨に片栗粉を付け、地を合わせて鴨を入れ、治部煮とする。海老そぼろは、海老を叩いて鍋で煎る。

●粒蕎麦餡掛けは、粒蕎麦をもどし、美味出汁に先の海老、粒蕎麦を入れて葛を引き、餡とする。

## ▽旬彩五種

●車海老油霜は、車海老にのし串を打って油霜とし、冷水に落とす。穴子油霜は、下処理して削ぎ身とし、油霜して冷水に落とす。

●ジーマミ豆腐は、一晩水でもどした落花生の皮を剥き、ミキサーにかけてよく潰し、分量の水を入れて混ぜ、布袋に入れて絞り、汁九、葛一、酒少々、塩、味の素⑤を入れ、弱火で三〇分練り上げ、器に流す。

●替り小袖玉子は、全卵三個、芋ペースト六〇g、溶かしバター大さじ三、割出汁六〇cc、干葡萄酒三〇gを合わせて出汁巻き玉子のように小袖巻とする。

●翡翠銀杏、紅葉麩煎餅、木の葉生姜酢漬は、説明を略す。

旬彩五種

栗 渋皮煮  
九十モンブラン  
蓮根煎餅  
公孫樹丸十甘煮  
松葉素麺  
枸杞の実蜂蜜漬  
木耳柚子霰和え  
占地酢漬  
黄菊・もつて菊酢漬  
酢取り防風

●栗渋皮煮は、栗の皮を剥き、一日水に浸けておき、重曹を入れて茹でて水にさらし、渋皮の筋を取り除き、一晚水に浸け、水を替えて茹で、水にさらす。薄蜜で含ませ、本蜜で含ませ、上りに濃口醤油を少し入れる。  
●九十モンブランは、薩摩芋ペーストに牛乳、バター、砂糖、塩、卵黄を入れて練り、先の栗の上に糸状に掛けてモンブランとする。  
●公孫樹丸十甘煮は、丸十を銀杏に剥き、梔子で色染めし、下茹でて水にさらし、甘煮とする。  
●蓮根煎餅、松葉素麺、枸杞の実蜂蜜漬は、説明を略す。  
●木耳柚子霰和えは、木耳をもどして吸酢に漬ける。  
●占地酢漬は、占地を下茹でし、薄い甘酢に漬ける。  
●黄菊・もつて菊酢漬は、黄菊、もつて菊を下茹でて水にさらし、薄い甘酢に漬ける。  
●大根卸しに甘酢、柚子絞り汁を入れて霰酢を作り、先の物を和え、天に酢取り防風を添える。

旬彩三種

クリームチーズ  
芋ムース  
蒸鮑、蒸雲丹  
マイクロトマト  
キャビア  
トマトジュレ  
セルフイーユ  
鰯バター洗い  
あけび餡掛け  
彩り野菜  
牡蠣マリネ  
彩り野菜  
ライムキャビア  
デイール

▽旬彩三種  
●クリームチーズ芋ムースは、クリームチーズ一〇〇g、薩摩芋ペースト一〇〇g、生クリーム二二〇cc、牛乳一〇〇cc、板ゼラチン三g、砂糖五g、塩少々を合わせて器に流す。蒸鮑をむすのうえにのせ、トマトジュレを掛け、蒸雲丹裏漉し、キャビア、マイクロトマトを飾り、セルフイーユを添える。  
●トマトジュレは、トマトを湯引きして皮を剥き、水を加えてミキサーにかけ、透明になるまで漉す。  
●鰯バター洗いは、活け締めのお鮓を下処理して削ぎ身とし、鍋にバターを溶かし、鰯をバター洗いとし、冷水に落として水気を切る。  
●あけび餡掛けは、美味餡にあけびの果肉裏漉しを混ぜて、餡とする。  
●牡蠣マリネは、生牡蠣を下処理し、塩、胡椒し、白ワインを振って蒸し、フレンチドレッシングに漬けて込む。  
●彩り野菜は、三色パプリカを蔽に庖丁し、フレンチドレッシングに漬けて込む。ライムキャビア、デイールを添える。

肉料理三種

国産牛柔らか煮  
菊 花 蕪  
木の葉長芋  
粟麩オランダ煮  
大黒占地  
帯人参、水辛子  
柴漬餡掛け  
牛テール柔らか煮  
鱈 鱈  
大根、さらし葱  
芽葱  
冷製ロースト  
ビーフ  
林檎チーズ  
マリネ  
フルミック  
チーズ味噌漬  
天・柘榴  
南瓜レーズン  
マリネ  
添え野菜  
柴漬ソース  
山葵ドレッシング

▽肉料理三種  
●国産牛柔らか煮は、牛バラ肉を重ねてネットで縛り、塩、胡椒を挿り込んでオーブンで下焼する。鍋に水、酒、香味野菜を入れ、時間をかけて炊き、両味で煮込む。蕪、長芋、粟麩、大黒占地、人参は下処理して含める。先の牛の煮汁に刻み柴漬を入れて餡を引く。天に水辛子を添える。  
●牛テール柔らか煮は、牛テールを関節ごと外し、尻糸で巻いて縛り、フライパンで焼きつけた後、鍋に水をたっぷり張った中に香味野菜を入れて時間をかけてもどし、スープを漉して肉を外し、再び両味で旨煮とする。  
●鱈は、もどして掃除し、ガラスープで含め煮とする。  
●大根を下茹でし、先の牛テールの地を出汁割りし、含め煮とする。  
●天にさらし葱、芽葱を添える。  
●冷製ローストビーフは、牛ロースを下処理して海水程度の塩水に浸け込む。よく水気を切り、薄塩、胡椒、山椒を挿り込み、尻糸で縛り、オーブンで下焼してローストとする。  
●林檎チーズマリネは、林檎の皮を剥いて立塩に浸け、林檎チーズマリネ酢に漬けて込む。  
●フルミックチーズ味噌漬は、フルミックチーズを合せ味噌に床漬とする。  
●南瓜レーズンマリネは、南瓜を小角に剥き、蒸してから素揚げし、南瓜、干葡萄をマリネ地に漬けて込む。  
●マリネ地は、鍋にオリーブオイルを入れて弱火にかけ、鷹の爪、大蒜スライスを入れて香りを出す。後、白ワイン一〇〇ccを加えてアルコールを飛ばし、ワインビネガー一〇〇cc、水五〇cc、グラニュー糖八〇g、塩胡椒少々を入れて味を調える。ローリエの葉を一枚入れて香りが出たら火を止め、上りにオリーブオイル一〇〇ccを加える。

### 小鉢七種

塩麹蜂蜜漬

蜂蜜漬地 (約 10 人前)

塩麹……………50g

煮切酒……………70 cc

煮切味醂……………110 cc

蜂蜜……………30g

鮫肝べったら漬巻

鮫肝蒸煮地

出汁……………5

味醂……………1

酒……………1

砂糖少々

生姜スライス適量

土佐海鼠粉がらみ

海鼠炊き地 (海鼠約 4 本分)

醤油……………1

酢……………1

煮切酒……………1

煮切味醂……………1

追い鰹

鮓焼霜

三味醤油 (約 10 人前)

たまり醤油…大さじ 3

濃口醤油…大さじ 7

練辛子……………大さじ 1

豆板醤……………小さじ 1

大根卸し甘酢漬…大さじ 2

鴨治部煮

治部煮地

出汁……………5

濃口醤油……………1

味醂……………1

砂糖少々

海老そぼろ

美味出汁

出汁……………8

薄口醤油……………1

味醂……………1

### 旬彩五種

車海老油霜

柴麻醬酢味噌 (約 30 人前)

白玉味噌……………125g

芝麻醬油……………15g

黒酢……………35 cc

ラー油、タバスコ各少々

ジーマミ豆腐

汁……………9

葛……………1

酒少々

塩、味の素⑤各適量

替り小袖玉子

全卵……………3 個

芋ペースト…60g

溶かしバター…大さじ 3

割出汁……………60 cc

干葡萄酒ラム酒漬…30g

割出汁

鰹出汁……………200 cc

砂糖……………60g

薄口醤油……………40cc

味醂……………20cc

丸十モンブラン (約 30 人前)

薩摩芋ペースト…200g

牛乳……………50cc

バター……………10g

砂糖……………20g

塩少々

卵黄……………2 個

クリームチーズ…100g

### 旬彩三種

クリームチーズ芋ムース

クリームチーズ……………100g

薩摩芋ペースト……………100g

生クリーム……………120 cc

牛乳……………100 cc

板ゼラチン……………3g

砂糖……………5 g

塩少々

トマトジュレ (約 20 人前)

トマト汁……………250 cc

白ワイン……………20cc

コンソメ……………3g

塩少々

板ゼラチン……………0.5 枚 (5~6g)

鰹バター洗い

あけび餡掛け

出汁……………7

薄口醤油……………1

味醂……………0.5

あけび果肉裏漉し…1

牡蠣マリネ

フレンチドレッシング

サラダ油……………90 cc

酢……………60 cc

砂糖……………10g

卵黄……………1/2 個

玉葱卸し……………20g

塩、胡椒各少々

### 肉料理三種

冷製ローストビーフ

林檎チーズマリネ酢 (約 30 人前)

サラダ油……………225 cc

オリーブオイル…25cc

酢……………90cc

蜂蜜……………30g

薩摩芋ペースト…100g

砂糖……………15g

塩……………1g

黒胡椒……………1g

ピーカンナッツ餡炊き…50g

胡桃餡炊き……………50g

クリームチーズ…100g

フルミックチーズ味噌漬

味噌漬床

白漉し味噌……………100g

田舎味噌……………50g

砂糖……………50g

甘酒……………400 cc

柴漬ソース

柚子醤油

濃口醤油……………200 cc

煮切酒……………200 cc

橙酢……………75 cc

卸し玉葱……………15g

卸し生姜……………25g

柚子絞り汁……………1/2 個分

柚子醤油……………620 cc

サラダ油……………180 cc

刻み柴漬……………300g

山葵ドレッシング

酢……………160 cc

サラダ油……………200 cc

砂糖……………20g

塩、胡椒各少々

刻み山葵……………180g

おねぼ……………80g

玉葱卸し……………1/2 個分