

横浜家庭料理レッスン

★ これだけは覚えて欲しい基本の和洋中料理

- (1) 魚の煮付け、分葱のぬた、切り干し大根、
若ごぼうの煮物
- (2) バンバンチー、芙蓉蟹、豚バラ大根、肉まん
- (3) 肉じゃが、さらし玉葱の二杯酢、かき玉汁、胡麻和え
- (4) ハンバーグ、バーニャカウダ、スープミルファンティ
ポテトサラダ
- (5) 巻き寿司、焼き茄子の赤だし、新生姜甘酢漬、
かぼちゃの飾り切り煮
- (6) オムライス、ヴィソワーズ、ラタトゥイユ、パンケーキ
- (7) 蒸し茄子、回鍋肉、鶏の唐揚げ、ほうれん草とトマトの炒め物
- (8) かやくご飯、高野豆腐の含め煮、豚肉の生姜焼き
菊花豆腐吸い物
- (9) ハヤシライス、ピクルス、ワールドフサラダ、ドーナツ
- (10) おせち料理

横浜家庭料理レッスン

(基本を知って復習すること)

- (1) スパゲッテイトマトソース、チキンフライタルタル
ミネストローネ、コンポート
- (2) 赤飯、鯛の塩釜焼き、信田巻き、スッポン風仕立て吸い物
- (3) しゅうまい、中華風とうもろこしのスープ、白菜のラー油漬け
揚げワンタン、レタスのチャーハン
- (4) パエリア、手作りソーセージ、チキンブロス、ココット
- (5) チヂミ、ナムル、エビチリ、マーラーカオ
- (6) 魚の南蛮漬け、イワシのフライ、夏野菜のそうめん、水羊羹
冬瓜のカレーあんかけ
- (7) ミートローフ、アサリのチャウダー、ヨーグルトサラダ、
フレンチトースト（フルーツサンド）
- (8) 酢豚、中華風冷や奴、ナスと挽肉の炒め物、中華風おこわ
- (9) さつまいもご飯、貝割れ菜の酢の物、魚の柚庵焼き、柚の香まんじゅう
- (10) キッシュロレーヌ、アボカドのマリネ、クリームシチュー
イチゴのムース
- 11 茶碗蒸し、魚の味噌漬け、x、里芋の煮物、蓮根まんじゅう