



## 渋谷区景丘の家アートスクール 料理教室①

### ～7/5 お家で簡単フレンチジャポネーゼ～



【渋谷区景丘の家アートスクール料理教室】ご家庭で簡単フレンチジャポネーゼ】

「日時」：二〇二〇年七月五日（日）

「会場」：東京都渋谷区 景丘の家

「目的」：子どもたちに料理の楽しさ、食に興味を持っていただくこと。

「参加者」：渋谷区在住の親子五組

「主催」：渋谷区 景丘の家※

※景丘の家は、「こどもと食」をテーマにした施設。こども食堂やアートスクールなど「食」をテーマにしたイベントを様々な開催されている。

「担当講師」：ChefooDo メンバー 中田耕一郎さん

「実施レシピ」：「レモン風味のフリカッセ」「海老と小松菜のヨーグルト白和」「白桃のスープ」計三品

【実施レポート】

今年一月にも講師として参加させていただいた、景丘の家アートスクールでの料理教室は今回で二回目。コロナの影響もあり、少人数での開催となりました。その分、参加者との距離が近く全てのテーブルを見て回ることができ、和やかな雰囲気の中進みました。

今回のテーマは「ご家庭でフレンチジャポネーゼ」。フランス料理という、子どもたちにとってはまだまだ馴染みがないかもしれませんが、和食の修行もされフレンチと日本料理を融合させたお料理



を作られる中田シェフが、子どもも食べやすいレシピを考案してくださいました。

シェフによるデモンストレーションのあとは、親子での調理実習です。デモンストレーションを見てるときから、子どもたちは早く作りたい様子。フレンチならではの技法なども盛り込みつつ、ご家庭でも再現できるレシピなので、それぞれのテーブルでも上手に作っていました。レシピには書ききれない

## 「全調協実技検定制度」創設のお知らせ

公益社団法人全国調理師養成施設協会より

全国調理師養成施設協会では、調理師養成施設での調理技術取得レベルを認定し、卒業生の質を客観的に保証する「全調協実技検定制度」を創設されたそうです。これを機会にご利用されてみてはいかがでしょうか。

●「全調協実技検定制度」とは・・・

調理師養成施設卒業者の調理技術習得レベルを認定するための客観的指標となる実技試験制度です。国から公益性が認められ、新たな検定制度として二〇二〇年七月一日に創設しました。検定のレベルは二段階で、基本課題のグレード1、応用課題のグレード2があります。グレード2は、日本料理・西洋料理・中国料理の料理部門別となっています。

### ●「全調協実技検定制度」実施概要

**受検場所**  
在学する調理師養成施設

**受検日時**  
在学する養成施設が指定する日時

**受検資格**  
グレード1：「礼儀及び衛生観念」の確認項目をクリアしていること。  
グレード2：グレード1に合格していること。

**認定条件・再受検**  
グレード1：認定に必要な八課題の全てに合格すること。八課題は同時に受検する必要はなく、不合格となった課題のみの再受検も可能。

グレード2：選択した料理部門の2課題を同時に受検し、同時に合格すること。再受検、複数の料理部門の受検も可能。

**実技検定制度証**  
実技検定制度証合格者には、在学養成施設を経由して認定証が交付されます



グレード2 【料理部門別課題】		グレード1 【基本課題】8つの課題の全てに合格することが認定条件。	
<b>日本料理</b> 課題① 海老しんじょ 清まし仕立て 課題② 魚の塩焼き	<b>西洋料理</b> 課題① Potage purée Parmentier 課題② Côtes de porc sauté charcutière	<b>中国料理</b> 課題① 蛋花湯 課題② 青椒肉絲	<b>課題1</b> 包丁の手入れの状態 <b>課題2</b> 箸の使い方 <b>課題3,4,5</b> 材料の切り方・野菜 ※①～⑤から3つを選択 ① 大根・かつらむき ② 大根・けん(横けん) ③ きゅうり・じゃばら ④ ジャがいも・シャトー ⑤ にんじん・ジュリエヌ ⑥ 玉ねぎ・シズレ <b>課題6</b> 材料の切り方・魚 あじの三枚おろし <b>課題7</b> 卵料理 ※①～③から1つを選択 ① だし巻き卵 ② オムレツ ③ 薄焼き卵 <b>課題8</b> 基本料理 ※①～③から1つを選択 ① 筑前煮 ② チキングラタン ③ 炒飯



## 景丘の家アートスクール料理教室②

～7/19 アジを自分でさばいてみよう～

「内臓はちよつと気持ち悪い。」「目玉は触ってみると意外と気持ちいい。」こんな言葉が子どもたちから聞こえてきました。実際に魚に触れてみることでしか、出てこない感想ではないでしょうか。



「担当講師」: Chef Do メンバー 舘野雄二さん  
「実施レシピ」: アジを一本さばく、アジのたたき、夏野菜とアジの揚げ物甘酢あんかけ、味噌汁、ごはん  
【実施レポート】  
六月に実施を予定していた料理教室がコロナの影響で延期となりましたが、七月十九日に無事に開催することができました。七月、二回目となる景丘の家での料理教室は、一回目とはテーマを変え「アジのさばき方」を舘野雄二さんよりレクチャーしていただきました。最近では、切り身や下処理をされた状態で販売されている魚が多く、自分でさばく機会も減ってきています。しかし、生の魚に触れ、自分でさばいてみる



「さばいた半身はたたきにし、残りの半身は揚げて甘酢あんかけに。残った中骨は、揚げて骨せんべいとしていただき、魚には捨てる所はない」ということも体感していただきました。  
今回、実際に自分でさばいたことで、難しさを感じながらも、「楽しかった!」という感想をたくさんいただきました。魚をさばくという機会は、減ってきていますが、何度も繰り返して行うことで、体が自然と覚えていきます。これをきっかけに、魚に触れる機会、そして、食べる機会が増えることを願っています。また、食材は捨てる所はなく、すべて美味しくいただけるということも感じてもらえたら嬉しいです。  
一月から三回にわたり、このような素晴らしい機会を作ってくださった景丘の家の皆様にも御礼申し上げます。少しでも子どもたちの笑顔につながっていれば幸いです。



デモンストレーションでは、調理のコツだけではなく、フレンチならではの細かく美しい盛り付けのポイントも教えていただきました。野菜の切り方、盛り付けるときのコツなど、ちよつとしたポイントを知ることで、「ご家庭でも



細かいポイントを知ることができるのが料理教室のよさ。鶏肉の選び方や、加熱の仕方はレシピだけでは、なかなか伝わりません。実際に目で見て、感じることで、美味しさに差がでることを体感していただけたようです。



できそう!」そんな気持ちになつていただけたようです。まずは、「できそう! やつてみたい!」と興味を持ってもら



うことが「料理」をはじめるときかけに繋がるのではないかと考えています。レシピを通してだけではなく、実際にコミュニケーションが取れる料理教室だからこそ、料理をするきっかけとなることを願っています。



最後に、中田シェフから「料理で一番大切なことは何か?」というお話がありました。それは、「愛情」。「どんなに腕のいい料理人が作った料理でも、愛情たっぷりの家族が作った料理には適わないこともある。だから、ご家庭に帰ってからも愛情を込めて、お父さんやお母さん、家族のために美味しい料理を作ってみて欲しい。」そんなメッセージが伝えられました。  
帰り際には、さっそく「家族のために作ってみる!」という声が開けたので、シェフの気持ちも伝わったようで嬉しい瞬間でした。

