

平成 25 年度別府大学短期大学部

創立 60 周年記念行事

日本料理講習会



講師 田村 隆 先生

会場 別府大学 2 号館 (2 階調理実習室)

日時 平成 25 年 6 月 30 日 (日) 10:00~14:30

主催 別府大学短期大学食物栄養科

共催 (公社) 日本フードスペシャリスト協会

後援 大分合同新聞社

NHK 大分放送局

OBS 大分放送

TOS テレビ大分

OAB 大分朝日放送

FM 88 エフエム大分

田村隆先生プロフィール

昭和三十二年生まれ。東京・築地で五十年続く料亭「つきぢ田村」の三代目。大阪・高麗橋「吉兆」で修行した。初代祖父の平治氏、二代目父の暉昭氏から教えを受けた。伝統を守るとともに、その料理には新しい感覚も積極的に取り入れている。調理場の最前線で腕をふるう一方、NHKのテレビ番組や、別府大学短期大学部客員教授、(社)日本料理研究会の師範、また本の出版、料理業界などマスコミを通じて、一般に向けた食の伝承にも力を注いでいる。平成二十二年「現代の名工」厚生労働大臣賞受賞。著書に「ご飯12ヶ月」(旅行読売出版社)、「つきぢ田村のお惣菜」(成美堂出版)、「隠し包丁」(白水社)、「日本料理の基本」(新星出版社)など多数ある。

御献立

先付 夏野菜白アウエイ

梅 甘鯛パン茶巾

酢物 もずく酢 おとし芋

煮物 豚バラミルフィーユ

止 丸茄子と牛ロースの炊き込みご飯

甘味 秘水ゼリー 黒みつ

先付

夏野菜白アウェイ

(材料) (7人分)

アスパラ	中3本
いんげん	7本(太いもの)
ブロッコリー	小房一口大7ヶ
人参	100 g
塩	少々
とうもろこし	1本
焼き豆腐	1/2丁
あたりごま(白)	大さじ1/2
薄口醤油	大さじ1/2
砂糖	大さじ1
白こし味噌	大さじ1/2
出し汁	大さじ1
生クリーム	大さじ1
オリーブオイル	大さじ1/2
ブルーチーズ	15 g

一、アスパラは下部の皮を少し剥き、まわし切りする。いんげんはヘタをとり笹に切る。ブロッコリーは切り分ける。人参は、皮をむき笹切りにする。

二、熱湯に塩を入れ、一を茹でて、ざるにあげて手早く冷ます。

三、とうもろこしは蒸して、ばらす。

四、焼豆腐は水気をさらに切り、あたりごま、薄口醤油、砂糖、白こし味噌、出し汁、生クリーム、オリーブオイル、ブルーチーズを全てフードプロセッサーに入れて混ぜ合わせる。

五、二、三に四を衣にして和え、器に盛る。

甘鯛パン茶巾

(材料) (7人分)

甘鯛(正味).....	150 g
塩.....	少々
食パン(5ミリ厚).....	7枚
卵白.....	1/2ヶ
一番出し汁.....	4と1/2カップ
塩.....	小さじ1弱
薄口醤油.....	小さじ1弱
酒.....	小さじ1弱
黒こしょう.....	少々

- 一、甘鯛(上身、小骨、うろこなど取って薄く塩をあてたもの)を細く切る。
- 二、食パンは、耳を切り落とす。
- 三、生身は、卵白を混ぜてやわらかくしておく。
- 四、二に7等分した一をのせ、四辺に三を塗って茶巾にして180度の油できつね色に揚げる。(中まです火は通らなくてよい)
- 五、椀出し汁に四を入れ、ゆっくり沸かさないうちに火を入れて椀に盛り、別の椀出汁を熱々ではり、黒こしょうをふる。

酢物

もずく酢 おとし芋

(材料) (7人分)

車海老	7本
枝豆	35粒程度
大和芋	140g
もずく	200g
出し汁	120cc
酢	40cc
味醂	20cc
薄口醤油	20cc

- 一、車海老は熱湯に入れて色が出たら冷水にとり、皮を剥き、ぶつ切りにする。
- 二、大和芋はおろして一を入れて混ぜ、ボールに酢を入れて14個の丸にとり、かためる。
- 三、もずくは、食べやすい長さに切る。
- 四、出し汁、酢、味醂、薄口醤油を合わせ、三につける。
- 五、四と二を器に盛る。

煮物

豚バラミルフィーユ

(材料) (7人分)

豚バラ (3mm厚)	20枚
片栗粉	
出し汁	2カップ
砂糖	1/3カップ
鷹の爪	1本
梅干し	大1個
牛蒡	300g
人参	1/2本
にら	1/2束

一、豚バラ肉は一枚ずつ片栗粉をふり重ねていき、上から手の平でたたき固め七等分にして、それぞれをフライパンで六面焼き固める。

二、出し汁、砂糖、醤油を合わせ、一を入れて落とし蓋をする。その際、好みで鷹の爪又は梅干しを入れておく。

三、牛蒡はさがきにし、人参はまわし切りにして二に加えて煮る。

四、にらは、3センチの長さに切り、下の部位から時間差で茹でていき、ざる切りする。

五、三は落とし蓋をとり、一度冷ます。冷めたら再び火にかける。(時間の無い時は、鍋ごと氷水で冷ますと良い)

六、再び火にかけ四を入れて温め、それぞれを器に盛るが、豚肉は重なっている断面が上になるように盛る。

止

丸茄子と

牛肉炊き込みごはん

(材料) (7人分)

丸茄子	中2ヶ
揚げ油	少々
牛サローイン	120g
米	2カップ
出し汁	2カップ
薄口醤油	大さじ1
浅葱	少々

一、丸茄子はヘタを切り、皮のまま2センチ角に切つて高温の油で表面をパリッと揚げ、うす塩をしておく。

二、牛サローインは細切りにする。

三、洗つて浸水させ、ざる切りした米と出し汁、薄口醤油と一、二をざつくり混ぜて炊く。

四、茶碗によそい、刻んだ浅葱を適量ちらす。

甘味

秘水ゼリー 黒みつ

(材料) (7人分)

別府の秘水……………700 cc
アガーパウダー……………大さじ5
黒みつ……………適量

一、別府のおいしい秘水にアガーパウダーを少しずつ入れ、よく混ぜてから火にかける。よく混ぜながら透き通るまで中火にかけ、アクをすくいバットに流し固める。

二、一を1センチ角に切り、器に盛って黒みつ(適量)をかける。

※ できれば、ガラス器に入れ、自分で黒みつをかけてもらう。





別府大学

別府大学短期大学部

問い合わせ先

別府大学短期大学部 食物栄養科

〒874-8501 大分県別府市北石垣82

TEL&FAX 0977-66-9655 (直通)