

# ステップアップ・チャート



**段階的に学ぶステップアップシステム**  
 着実にステップアップを重ねているカリキュラムを学科ごとに整備しています。

講習・講義

実習

基礎技術

日本料理

すし実習

包丁の扱い方から食材の切り方やだし汁の引き方、調理器具の扱い方といった、日本料理をつくる上で欠かせない基本技術を身につける。

「五法」とも呼ばれる、焼く、煮る、揚げる、蒸す、切るといった調理法を巧みに組み合わせ、高度な技術を習得する。

## 会席料理の料理法と食材を知る

前期【前半】

### 日本料理理論

- 季節ごとの野菜や魚介類の見極め ●だし汁・椀物(潮仕立、すっぽん仕立、味噌仕立など) ●造り(平造り、そぎ造り、細造りなど) ●焼物(塩焼き、幽庵焼き、田楽など) ●煮物(炒め煮、あら煮、煮付けなど) ●揚物(素揚げ、唐揚げ、天ぷらなど) ●蒸し物(卵豆腐、茶碗蒸しなど)



## 日本料理にまつわる道具を学ぶ

前期【後半】

### 日本食文化概論

- 会席料理の成り立ち ●会席料理の料理名のつくり方 ●和包丁の基礎知識(選び方、手入れ、包丁の構造、包丁の材質、砥石の選び方など) ●五節句・二十四節気について(グループワーク) ●日本料理の調味料の歴史と特徴(種類、特徴、味の違いなど) ●日本の食材流通の基礎知識



## 専門分野のプロから学ぶ!

後期【前半】

### 日本料理理論

- 農場見学(計2回) ●造り(焼き霜造り、昆布締め、つけ醤油など) ●焼物(鮎塩焼き、八幡巻き、錦糸玉子など) ●店で提供される「椀物」「造り」「焼物」「煮物」「揚物」「蒸し物」※外来講師



## 日本料理の歴史的背景を身につける

後期【後半】

### 日本食文化概論

- 日本米の基礎知識(種類、特徴、味の違い)※外来講師 ●重詰料理の基礎知識(重箱の盛り付け方、重箱に入る料理の約束事など) ●八寸の基礎知識(八寸の意味合い、八寸の盛り付けの決まり事など) ●和食器と盛り付けの初歩(器の知識、器の特徴など) ●老舗料亭の料理に触れる



STEP 1~2 目標

STEP 3~4 目標

## STEP 1 基本的な技術の実践

前期【前半】



基礎技術の向上に取り組む。基礎技術である「桂剥き」を中心に「剥く」「切る」を理解し、スキルアップを目指す

## STEP 2 さらにレベルアップした実習

前期【後半】



魚の三枚おろしを徹底的に練習し、骨の構造を知り、包丁の入れ方をマスター。日本料理の基本五法\*について指導を受ける  
 \*「基本五法」切る・焼く・煮る・蒸す・揚げる



「椀・造り・焼物・煮物・揚物・蒸物」などの調理法に絞って、複数の料理をつくり再現させる



同じ食材を使ってさまざまな料理をつくる。特殊な魚の鱧を使い、特有の「骨切り」の技術を確実に習得



握りずしの歴史や基礎知識を学ぶ。ひたすら握り方を練習し、確実に習得を目指す



すしネタの切り方を習得。すし飯とのバランスや、さまざまなネタの切り方のバリエーションを学ぶ

## STEP 3 応用力を身につける

後期【前半】



定期的に評価を受け、自分の到達目標を設定し、そこに向けて繰り返し練習を行う。苦手な課題は個人指導で克服



本格的な会席コースを再現。個々でスキルアップしてきた基礎技術をもとにチームで仕上げる



さまざまなすしについて学ぶ。握りずし以外に巻きずし、箱ずし、棒ずしなど、その特長と技術を習得

## STEP 4 より高い完成度を目指す

後期【後半】



材料のごしらえから、衣づくり、揚げ油の温度の見分け方、揚げの技術を身につけ、お客様に提供できるレベルにまで仕上げる



1年間の集大成、「焼く」「煮る」「揚げる」など、学んだ技法をすべてが1つの器に集約されている松花堂弁当をマスター



握りずしについて、所作やスピード、正確性を追究。最終的にはお客様に提供できるように実践する

※内容は一部抜粋。変更になる場合もあります。