



# カジュアルクッキング講座

## 12月テーマ:お気軽おもてなし

～ 今年のお家パーティーはこれで決まり！  
ポイントを掴んで素敵なおもてなし料理を作ろう ～

*Regular Cooking Class*  
カジュアルクッキング講座

<2020年>

7月 帰って20分で晩ご飯

8月 切りおき

9月 漬けおき、炒めおき

10月 ストック食材 <缶詰&乾物>

11月 調味料

12月 お気軽おもてなし

<2021年>

1月 下味冷凍

2月 おつまみ

3月 お弁当

4月 食材別の使い切りのコツ

5月 頑張らないおかし

6月 ??????

*Regular Cooking Class*  
**カジュアルクッキング講座**

**<2021年>**

**1月は変更します！**

**第2土曜(9日)**

**第3土曜(16日)**

**※2月以降はまた第1&3土曜に戻ります！**



CLASS:

カジュアルクッキングコース

PART:

後編

DATE:

12月19日(土) 15時

MONTHLY THEME:

お気軽おもてなし

前回のクラスの振り返り！

お手軽おもてなしレシピをご紹介しました



CLASS:

カジュアルクッキングコース

PART:

後編

DATE:

12月19日(土) 15時

MONTHLY THEME:

お気軽おもてなし

前回の復習

ぐっち夫婦のおもてなし料理に外せない  
ポイントベスト3

①彩りが華やか！

②簡単にできる！

③お酒にも合う！



**フィンガーフードが最適！**

フィンガーフード...指で簡単につまんで食べられる料理の総称



CLASS: ..... PART: ..... DATE: ..... MONTHLY THEME: .....

カジュアルクッキングコース

後編

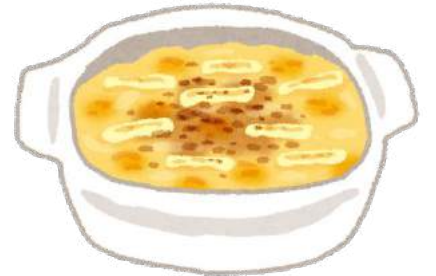
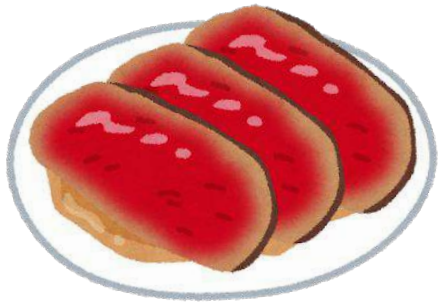
12月19日(土) 15時

お気軽おもてなし



前回はお手軽にできるフィンガーフードを学んだけど  
やっぱりおもてなし料理には**メインの大皿料理**はかせないよね

そうだね～！これから年末年始に向けてイベントも盛りだくさん  
みなさん、どんな料理が**メイン料理**でテーブルに並びますか？



CLASS:

カジュアルクッキングコース

PART:

後編

DATE:

12月19日(土) 15時

MONTHLY THEME:

お気軽おもてなし

## 大皿料理の良いところ

- ①料理のメインになる
- ②ほっておいてできるものも多い
- ③大量につくれる
- ④満足度が高い



おすすめレシピ

ごろごろミートボール



おすすめレシピ

チキンと  
マカロニの  
トマト  
バジルグラタン

CLASS:

カジュアルクッキングコース

PART:

後編

DATE:

12月19日(土) 15時

MONTHLY THEME:

お気軽おもてなし



でもこんなお悩み  
ございませんか・・・？





CLASS:

カジュアルクッキングコース

PART:

後編

DATE:

12月19日(土) 15時

MONTHLY THEME:

お気軽おもてなし

## 大皿料理のお悩み

- ① 難しそう
- ② 準備が大変
- ③ 手間がかかりそう
- ④ 失敗しないか心配！



おすすめレシピ

お酒がすすむ  
スペアリブ

お悩み救世主の登場！



CLASS:

カジュアルクッキングコース

PART:

後編

DATE:

12月19日(土) 15時

MONTHLY THEME:

お気軽おもてなし

## 大皿料理のお悩み

- ① 難しそう
- ② 準備が大変
- ③ 手間がかかりそう
- ④ 失敗しないか心配！



### これで解決！

- ① 簡単工程で解決
- ② 冷凍食品など活用しよう！
- ③ 下準備してあとは放置でOK！
- (④ ぐっち夫婦にお任せください！)



CLASS:

カジュアルクッキングコース

PART:

後編

DATE:

12月19日(土) 15時

MONTHLY THEME:

お気軽おもてなし



それでは、早速！  
ぐっち夫婦のおすすめ大皿料理  
レシピのご紹介



CLASS: ..... PART: ..... DATE: ..... MONTHLY THEME: .....

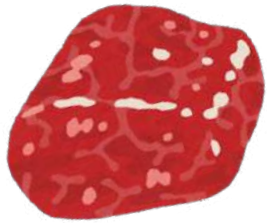
カジュアルクッキングコース

後編

12月19日(土) 15時

お気軽おもてなし

# ぐっち夫婦のおすすめ大皿レシピは 「お肉料理」



お肉料理の良いところ

手軽でおいしい

迫力がある

人気の  
レシピが多い！



鶏肉・豚肉・牛肉それぞれで楽しめるね！



ぐっちさんのオススメのレシピ教えて～！



CLASS: カジュアルクッキングコース PART: 後編 DATE: 12月19日(土) 15時 MONTHLY THEME: お気軽おもてなし

来週はクリスマス！

クリスマスといえば、丸ごとチキン！

一見、難しそうなの丸ごとチキンもポイントさえおさえれば楽々♪



&



簡単工程

冷凍食品  
で準備楽々！

下準備して  
あとは放置！

ぐっち夫婦  
自信のレシピ！

CLASS: ..... PART: ..... DATE: ..... MONTHLY THEME: .....

カジュアルクッキングコース

後編

12月19日(土) 15時

お気軽おもてなし



メリークリスマス～！

調理デモに入りましょう！

まだ少し早いよ～！



CLASS:

カジュアルクッキングコース

PART:

後編

DATE:

12月19日(土) 15時

MONTHLY THEME:

お気軽おもてなし

MONTHLY RECIPE:

## フレッシュバジルのチキンソテー

### <材料>(2人分)

鶏もも肉(鶏むね肉でも)...2枚  
 ミントマト...10個  
 バジル(生)...30g(1袋)  
 塩...適量  
 ブラックペッパー...適量  
 にんにく(すりおろし・チューブでも)  
 ...小さじ1/2  
 酒...大さじ2  
 オリーブオイル...適量

### <つくり方>

- ① 鶏肉は余分な脂をそぎ落とし、厚い部分は開き、塩、ブラックペッパーを気持ち多めに振って下味をつける。
- ② 生バジルは少量を盛り付け用にとっておき、粗いみじん切りにしてポリ袋に入れ、すりおろしにんにくを混ぜ合わせる。鶏肉、酒を合わせ入れてよくもみ込み、つけておく(10分漬けると◎)
- ③ フライパンにオリーブオイルを中火で熱し、鶏肉を皮目から入れる。皮目をフライ返しなどで押しつけ、出てきた脂は鶏肉にかけながら焼く。(多めの場合はペーパーなどで軽く拭き取っても◎)皮に焼き目がついたら裏返し、ミニトマトを入れて 弱火にし、蓋をして5分蒸し焼きにする。
- ④ 皿に盛り、盛り付け用にとっておいたバジルをちぎってのせて完成。



CLASS:

カジュアルクッキングコース

PART:

後編

DATE:

12月19日(土) 15時

MONTHLY THEME:

お気軽おもてなし

MONTHLY RECIPE:

## ホタテとエビのクリームグラタン

### <材料>(2人分)

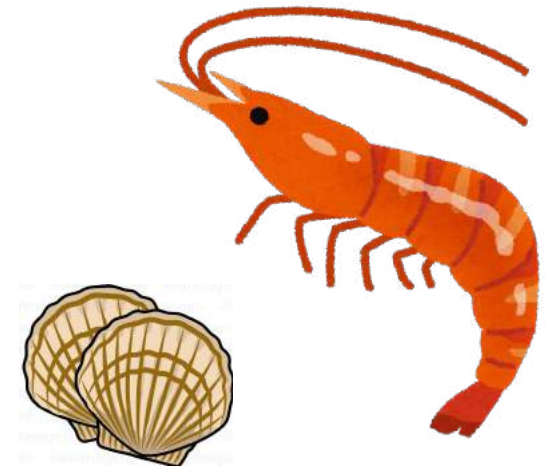
- ・むきエビ 10尾
- ・ホタテ(貝柱) 8個  
※シーフードミックスでも可
- ・ほうれん草...1/2束
- ・ピザ用チーズ...50g
- ・パン粉...適量

### <ホワイトソース>

- バター...大さじ2
- 小麦粉...大さじ2
- 牛乳...300ml
- オールスパイス...少々

### <つくり方>

- ①エビは背わたをとり、水溶き片栗粉で揉んで臭みを取っておく。ほうれん草が下茹でし、3cmのざくざりにする。
- ②フライパンにバターを入れて、小麦粉を弱火で炒める。焦げないように、ダマにならないように注意する。牛乳を加え、伸ばしながら滑らかにしていく。オールスパイスを加える。
- ③耐熱容器にエビとホタテ、ほうれん草を加えて、①を流しこみピザ用チーズとパン粉を加える。240度のオーブンで13分程焼く。





CLASS:

カジュアルクッキングコース

PART:

後編

DATE:

12月19日(土) 15時

MONTHLY THEME:

お気軽おもてなし

今日のまとめ

## 大皿料理のお悩みはこれで解決！

- ① 難しそう
- ② 準備が大変
- ③ 手間がかかりそう
- ④ 失敗しないか心配！



- ① 簡単工程で解決
- ② 冷凍食品など活用しよう！
- ③ 下準備してあとは放置でOK！
- ④ ぐっち夫婦にお任せください！

CLASS:

カジュアルクッキングコース

PART:

後編

DATE:

12月19日(土) 15時

MONTHLY THEME:

お気軽おもてなし

**2020年のカジュアルレッスンは本日で終了！**

約半年間受講ありがとうございました！  
また来年もよろしくお願ひします！  
良いお年を～！！

半年間のカジュアルレッスンを通しての感想や、  
2021年の意気込み、頑張りたいことなど  
なんでもコメントで教えてください～！



また来年も



Regular Cooking Class

# カジュアルクッキング講座

よろしくお願いします♪



## <2020年>

7月 帰って20分で晩ご飯

8月 切りおき

9月 漬けおき、炒めおき

10月 スtock食材 <缶詰&乾物>

11月 調味料

12月 お気軽おもてなし

## <2021年>

1月 下味冷凍

2月 おつまみ

3月 お弁当

4月 食材別の使い切りのコツ

5月 頑張らないおかし

6月 ??????