

シェフに学ぶ「味と心」

食文化コース

西洋料理

目的

- ・フランス料理の特徴と美味しさを体験し、大切な人たちと食事をするこの意味を考える。
- ・「なにわの伝統野菜」を使い「地産地消」の重要性とその良さを認識する。

効果

- ・料理は技術だけではなく、作り手の愛情が食べる側にも伝わることを知る。

到達点

- ・調理する楽しさに気づき、「食」に対する多面的な興味が広がる。



講師
西谷 克己
にしたに
かつみ

略歴

フランス料理家
大阪あべの辻調理師専門学校卒。
1970年大阪万博ベルギー館レストラン勤務の後、74年パリ「アルケストラート」のA.サンドランス氏に師事。75年南仏カンヌ「ムージャン・ドゥ・ムーラン」のR.ベルジェ氏に師事。同年帰国の後、大阪心斎橋にディレクター・料理長として「ピストロ・ヴァンサンク」開店。79年独立、宝塚市雲雀丘花屋敷に「ジャンティ・アルエット」、2006年、大阪市福島区に「ラトリエ・ドゥ・ニシタニ」開店。

advice points

- 食材・食器・調理器具などは、事前に十分な打ち合わせをして準備する。
- 食材は、地元または近郊産の旬のものを使うと美味しく安全。



事前学習

ビデオで「安全安心な食卓づくり」を視聴する。
「なにわの伝統野菜」「なにわ特産品」について調べる。

ワークショップの流れ（2日間×2コマ/日）

フランス料理の特徴（味・調理法）の説明

↓
なにわの伝統野菜を使った南仏プロヴァンス地方の野菜料理「ラタツユ」の料理解説

↓
「ラタツユ」を調理実習

↓
付け合せ（材料：鯛とホタテ）とソースを作り、盛り付けて試食

↓
フレンチ風「エスニック・グリーンカレー」の料理解説

↓
「エスニック・グリーンカレー」を調理実習

↓
付け合せのサラダを盛り付け、グリーンカレーをご飯にかけて試食

事後学習

習得した料理を家庭科の授業で復習する。

…ワークショップを実施して…

講師の感想

野菜嫌いの生徒のために、地元でとれた野菜をふんだんに使ったメニューを選んだ。1回目は、南仏の家庭料理で、数種類の野菜をオープンでシンプルに重ね焼きした洋風野菜煮込み。2回目は、何種類ものスパイスとパイヨンだけで作ったグリーンカレーで、フランス料理のエッセンスを知ってもらった。「簡単に美味しく作れるので母にも教えたい」など、嬉しい感想も聞けた。

先生の感想

生徒たちは最初から「なにわの伝統野菜」にも高い関心をもち、技術・能力は十分ではないが懸命に取り組んでいた。講師の料理人としての姿勢に触れ、フランス料理は格式高いというイメージから身近になったと同時に、調理の難しさや社会に出ることの厳しさも感じ取ったようだ。野菜を残さず大切に食べるようになったことも大きな成果の1つである。

生徒の感想

- ・フランス料理は初めてで、どの野菜がどんな仕上がりになるのか、想像力を働かせながら料理することができて楽しかった。
- ・大阪でもおいしい野菜がとれるのには驚いた。自分の作った食べ物には責任をもつようにと教わり、これまでは失敗したら捨てていた姿勢を改めようと思った。

より発展的なワークショップを実施するために

- 自宅と同じメニューを調理してみる。
- なにわの伝統野菜、なにわの特産品を使った別の料理に挑戦する。
- 食の安全や健康を考えて調理実習をする。