



料理教室のやり方

料理教室楽しみに～

- 日付け:11月29日(土曜日)
- 時間:13時～17時
- 場所:あいれふの調理実習室
- 集合場所:ザ・大黒天舞鶴店
- 集合時間:12時



メニユーは？

- चाय
- पानीपुरी
- आलू पराठा
- गुलाब जामून



メニューは？

- チャイ: 始めにチャイ!
 - 着いてから全員が準備をできる間に



メニューは？

- パニプリ: 定番の屋台料理

1. じゃがい; ひよこ豆もを茹でる
2. 玉ねぎ等切る
3. タマリンドソース
4. 辛いミントソース
5. プリを揚げる



<https://mildminichan.hatenablog.com/entry/homemade-panipuri>

メニューは？

- アルパラタ: 定番の家庭料理
 - じゃが芋入りのスパイシーお焼きパン
1. じゃがいもを茹でる
 2. 小麦粉の生地を作る
 3. スパイシーマサラ作る
 4. 生地にもサラ入れて丸める
 5. 一枚ずつ転かしてバターつけて焼く

<https://toomuchindia.com/?p=1546>



メニューは？

- グラブジャムン：世界一番甘いデザート？

1. 生地を作る
2. 生地分けて丸める
3. 砂糖シロップを作る
4. 生地を揚げる
5. 揚げた団子をシロップに浸す

<https://bharat-hub.com/gulabjamun/>



当日の流れ

- 12時:スーパー前集合
- 12時～12時40分:スーパーで買い物
- 12時40分～50分:調理実習室へ移動
- 13時:チャイを飲みながら準備
- 13時半～15時:3組に分けてひと組一品調理
- 15時～16時:食事
- 16時～16時45分:片付け
- 17時:解散

食材

当日スーパーで購入

1. 牛乳: 1リットル
2. 生姜: 1パック
3. 砂糖: 1キロ
4. じゃがいも: 2キロ
5. 玉ねぎ: 2~3個
6. レモン: 2~3個
7. バター: ~100グラム
8. ヨーグルト: 1パック
9. 油: 1.5リットル
10. 塩: 小さいパック
11. キッチンペーパー
12. 手袋
13. 紙皿 (20枚)
14. 紙コップ (20個)
15. ボール (20枚)
16. スプーン (20個)
17. 持ち帰り用の入りもの
18. 油固めるもの

先生が持ってくるもの

1. プリ
2. 麦粉
3. マンゴーピクルス
4. グラブジャムン: ミックス
5. ミント
6. タマリンド
7. 青唐辛子
8. パクチー
9. 香辛科
 - a. チャートマサラ
 - b. カルダモン
 - c. ウコン
 - d. クミンシード
 - e. ブラックソルト
 - f. コリアンダーパウダー
 - g. 唐辛子パウダー
10. その他

チーム分け

パニプリ

1. ミヤカバ ジー
2. アリマ ジー
- 3.

アルパラタ

1. マスツタニ ジー
2. ハシグチ ジー
- 3.

グラブジャムン

1. タカキ ジー
- 2.
- 3.

名前書かれてない11月10の授業で欠席された方は希望するグループあれば25日までに連絡をお願いします。