

# 1月の実習

## 3年生 そば打ち

講師：佐藤彰先生 番丁庵（八戸市）  
柏木敬先生 かしわ木（八戸市）

そばの打ち方・切り方・茹で方

ざるそば



# 1月の実習

## 2年生 日本料理⑥

講師：柴田伸二先生

グランドサンピア八戸（八戸市）



### 松花堂弁当

- ・口取り肴  
(だし巻きたまご・金目鯛幽庵焼き・スモークサーモン砧巻き・金柑蜜煮・茗荷甘酢漬け)
- ・造り 鯛の松皮造り
- ・焚き合せ (南瓜含め煮・菜の花・海老艶煮・梅人參紅梅煮)
- ・ご飯 カニご飯 柴漬け
- ・お碗 赤だし なめこ 油揚げ



## 2年生 郷土料理

講師：柏崎幸子先生

おいらせ町生活改善グループ  
連絡協議会会長（おいらせ町）

赤飯 だるま芋のへっちょこだんご汁  
里芋とだいこんのなます けいらん



## 2年生 西洋料理⑥

講師：蛭子長一先生

八戸プラザホテル（八戸市）

コルドンブルー  
魚介のパエリア  
かぼちゃのポタージュ

# 1月の実習



## 1年生 郷土料理

講師：柏崎幸子先生

おいらせ町生活改善グループ  
連絡協議会会長（おいらせ町）

さば水煮缶の里芋入りすいとん  
大根と人参の酢の物  
なべっこだんご



## 1年生 中國料理②

講師：濱田 貢 先生

きざん三沢（三沢市）

広東焼壳  
鯛の甘酢あんかけ  
炒飯