

## タイ料理基本コース第 16 期コーススケジュール

2023 年 5 月 14 日（日）～2023 年 12 月 10 日（日）

11:00～18:00（6 時間）

|       |      | 理論                                     | 実習（30 品目）   |
|-------|------|--|---|
| 第 1 回 | 5/14 | オリエンテーション<br>タイ王国の基礎知識<br>計量方法<br>基本衛生 | ● ライスヌードルのしょうゆ炒め<br>（パッ・シーイウ）   |
| 第 2 回 | 5/28 | タイ料理について<br>（料理の種類）                    | ● トムヤムクン（トムヤムクン・<br>ナムサイ）<br>● 野菜一種のオイスターソース炒<br>め（パッ・パック・ナムマンホイ）                       |
| 第 3 回 | 6/11 | ご飯、お粥の炊き方<br>スープストックの作り方               | ● 炒めご飯（カーオ・パッ）<br>● 海苔のスープ（ゲーンジュー・<br>サーラーイ）  |
| 第 4 回 | 6/25 | タイ料理について<br>（調理に関する言葉）                 | ● 鶏肉のココナツミルクスープ<br>（トムカーガイ）<br>● 牛肉のオイスターソース炒め<br>（パッ・ヌア・ナムマンホイ）                        |
| 第 5 回 | 7/9  | タイ料理に使われる食材・保管方法<br>（調味料、スパイス）         | ● ゲーン・ソム（ゲーン・ソム）<br>● 豚肉のナムプラー揚げ（ムー・<br>トート・ナムプラー）                                      |
| 第 6 回 | 7/30 | タイ料理に使われる食材・保管方法<br>（ハーブ）              | ● 春雨と湯葉のココナツミルクス<br>ープ（ゲーン・ローン）<br>● さつまいものジンジャーシロッ<br>プ煮（マン・トム・ナムターン）                  |
| 第 7 回 | 8/20 | タイ料理に使われる食材・保管方法<br>（野菜）               | ● パッターイ（パッターイ）<br>● タロイモのココナツミルク煮<br>（ゲーン・ブアット・プアック）                                    |
| 第 8 回 | 8/27 | タイ料理に使われる食材・保管方法<br>（肉・魚介類）            | ● ガパオ炒め（パッ・ガパオ）＋<br>目玉焼き／卵焼き（カイ・ダーオ<br>／カイ・チアオ）<br>● 鶏肉とたけのこのスープ（トム<br>ジュー・ノーマーイ・サイ・ガイ） |
| 第 9 回 | 9/3  | タイ料理に使われる調理器具と保管<br>方法                 | ● トム・ソム（トム・ソム）<br>● 青唐辛子炒め（パッ・プリック<br>ソット）  |

|        |       |                  |   |
|--------|-------|------------------|---|
| 第 10 回 | 9/10  | 盛りつけに使うカービング 1   | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 青パパイヤのサラダ (ソムタム)</li> <li>● 龍眼とタピオカのデザート (サークーピアック・ラムヤイ)</li> </ul>  |
| 第 11 回 | 10/15 | 盛りつけに使うカービング 2   | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 野菜炒め (パッ・パックルアムミット)</li> <li>● エビのにんにくこしょう揚げ (クン・トート・ガティアム・プリックタイ)</li> <li>● バナナのもちもち菓子 (カノム・クルアイ)</li> </ul>                             |
| 第 12 回 | 10/29 |                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>● ゲーン・パー (ゲーン・パー)</li> <li>● エビの春巻き (クン・ホム・パー)</li> <li>● 春雨サラダ (ヤム・ウンセン)</li> <li>● 冷たいパイナップルのシロップ煮 (サツパロット・ローイゲーオ)</li> </ul>              |
| 第 13 回 | 11/12 |                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 豚肉のレッドカレーペースト炒め (パッ・ペツ・ムー)</li> <li>● シーフードサラダ (ヤム・タレー)</li> <li>● エビのトースト揚げ (カノムパン・ナー・クン)</li> <li>● かぼちゃのシロップ漬け (ファクトーン・チュアム)</li> </ul> |
| 第 14 回 | 11/26 | 理論試験 (60 問・1 時間) | テーブルセッティング  |
| 第 15 回 | 12/10 |                  | 料理 2 種実習試験  |

※日程及び内容や順番は、状況や場合により変更することがございます。