

カレー味だけだと思ったら大間違い!

インド料理教室 (初級)

インド宮廷料理の初歩をプロが教えます

インド宮廷料理の豊かな味を作ってみよう

- 初級コースは初歩の初歩から段階を踏んで学んで行きます。
- 初級コースにも数々の宮廷料理が組み込まれています。
- 講師が作り方を説明し、生徒さんに実際に作って頂きます。
- 初回から参加出来なくても大丈夫です。
- 学んだお料理はお家でも、パーティーでも生かれます。

毎月第一日曜日・全12回 PM 1:00~

講習料 入会金2000円+3回分18000円
単発受講の場合は1回7000円

連絡先 indian restaurant JAY: 023-623-6200 (火曜定休)

講習会場 井草地区区民センター 杉並区下井草5-7-22
03-3301-7720

井荻駅 西武新宿線

井草地区区民センター

環八 バス停

- 西武新宿線井荻駅より徒歩7分
- 関東バス「荻窪-下井草」
妙正寺池バス停下車北へ徒歩2分

JAYのHP <http://samidare.jp/jay/> 山形料理教室の様子等もご覧頂けます
通信は3000円×3ヶ月 9000円前納金内。

初級コースではこんなお料理を学べます

- | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>第1回 4月5日</p> <p>ムルグ・カレー (鶏肉のカリー)
ナワー・ビ・グッチ (ブラウンマッシュルームの貴族風)
チャバーティー (全粒粉の焼いたパン)
ケーラー・ライタ (バナナのヨーグルトサラダ)</p> | <p>第7回 10月4日</p> <p>パニール・マタル (パニールとグリーンピースの料理)
シムラー・ミルチ・ナーリヤル・フライ (ピーマンの料理)
モーティ・ピラウ (肉団子の炊き込みご飯)
セーヴ・チャトニー (林檎のチャトニー)</p> |
| <p>第2回 5月10日</p> <p>ゴーシュ・カレー (ラムのカリー)
アール・タマタル・ピヤーズ・タルカリ (野菜料理)
プーリー (全粒粉の揚げたパン)
カチュムパー (タマリンド味のサラダ)</p> | <p>第8回 11月1日</p> <p>ムルグ・ドー・ピャーザ (鶏肉料理)
ベイガン・バルター (茄子の料理)
カメーリ・ローティ (スパイス入りパン)
シュリムプ・サムパル (海老のサラダ風)</p> |
| <p>第3回 6月7日</p> <p>ジーンガ・カレー (海老のカリー)
サムバル (豆料理)
パンチ・プーラン・チャーバル (5種スパイスご飯)
ガージャル・チャトニー (人参のチャトニー)</p> | <p>第9回 12月6日</p> <p>ローガン・ジョシュ (ラム料理)
アヴィアル (南インドの野菜料理)
クムビ・プラウ (ブラウンマッシュルームの炊き込みご飯)
タマタル・チャトニー (トマトのチャトニー)</p> |
| <p>第4回 7月5日</p> <p>アール・コフター・カレー (ポテト団子のカリー)
ムルグ・カバブ (鶏肉のカバーブ)
バンギー・パート (茄子の炊き込みご飯)
アドラク・チャトニー (生姜のチャトニー)</p> | <p>第10回 1月10日</p> <p>アンダー・カレー (卵のカリー)
バラック・アール・プージャ (法蓮草とポテトの料理)
ムルグ・ピリヤニー (鶏肉の炊き込みご飯)
タマタル・ムーリー (トマトと大根の料理)</p> |
| <p>第5回 8月2日</p> <p>タイル・カレー (ラムのヨーグルトカレー)
チョオレー (豆料理)
パトゥーラ (半発酵の揚げパン)
ムーリー・パチャティー (大根のサラダ)</p> | <p>第11回 2月7日</p> <p>タリ・マッシー (魚の料理)
ナワー・ビ・ダール (貴族風豆料理)
キーマ・プラオ (ひき肉の炊き込みご飯)
セーレリー・ドルー (セロリーの料理)</p> |
| <p>第6回 9月6日</p> <p>マッシー・カレー (魚のカリー)
アール・ダム (ポテト料理)
マサーラー・パート (スパイスライス)
ポディーナ・チャトニー (ミントのチャトニー)</p> | <p>第12回 3月6日</p> <p>ハグニ・カバブ (王様のカバブ)
マラーイー・コフター (野菜とコーヤの団子料理)
ナーリヤル・チャーヴァル (ココナッツ入りご飯)
ムナック・チャトニー (レーズンのチャトニー)</p> |

講師プロフィール 由利三 (ゆりさん)

インド料理歴40数年、山形県七日町のインド料理JAY (ジャイ) 店主
かつて「11PM」の特集で東京で一番のカレー屋と認定される。
その後山形に居を移す。日々インド宮廷料理の研究を重ね、
手間を惜まず作るその味は「インドより凄い」。東京、大阪からも
はるばる味を求める人々が訪れる店となっている。

