

## 「食」のプロを目指して！

## フードコーディネーターの最新スキルを学ぶ

先日東京で行われたフードコーディネーター協会の講習会に参加してきました。今回の講座のメインは「フードスタイリング」。「旨い」を魅せるスキルアップのため、社長と内田の2人に参加。AIは旨そうな盛り付けやフードスタイリングは提案してくれますが、実際に料理は盛り付けてくれません…。実際に盛り付けるところは、人間の感性と腕の見せ所なのです。

第1回目の課題は「サラダブランチ(パン・ドリンク付き)」。2回目は「映えるフード撮影テクニック」で、洋菓子や焼き菓子をスタイリングし撮影までを自分で行います。当日は事前にお皿やグラス、カトラリー、食材を選んで持参し、テーマに合わせてその場でスタイリングしていきます。まずは先生のデモンストレーション。すごい・・・先生のデモンストレーションは圧巻で、食材やアイテム一つ一つに季節性やストーリーがあります。人が盛り付ける様子にこんなに感動したのは初めてでした。

モデル(料理)をしつかり観察し、一番魅力が引き立つ形に仕上げるのがプロの技。野菜は鮮度を保つ工夫をして現場へ運び、サラダはまるで生け花のように盛り付けます。これが「感性を磨く」理由です。講座を受けてからは、背景やお皿、装飾アイテムを選ぶのが楽しくなってきました。まだまだプロへの道のりは長いですが、もっと感性を磨いて食のプロを目指します！

まずは食材のチェックから...

先生のスタイリングは圧巻！

社長の盛り付け！マダムサラダランチ！

私はカヌレを盛り付け！「季節の移ろい」

## 冬の味覚大発見！

## 寒びらめってどんな魚？

今月のメニューに登場している「寒びらめ」。ご覧になった時、「普通のひらめと何が違うの？」と疑問に思った方もいらっしゃるのではないのでしょうか。実は、魚の種類としては同じ「ヒラメ」なのですが、名前の通り、寒い時期に格段に美味しくなる特別な呼び名なのです。

寒びらめは、海水温がぐっと下がる冬(12月～2月頃にかけて)が旬。豊富なエサを食べて身に栄養と脂をたっぷり蓄えます。さらに、冷たい海水にもまれることで身がギュッと引き締まり、上品な甘みと、弾力のあるプリッとした食感が生まれるのが特徴です。春から秋にかけてのあっさりとした味わいのひらめとは違い、冬ならではの贅沢な旨みと食べ応えをお楽しみいただけます。

今回はマリネでのお届けですが、ムニエルや煮つけなど、幅広い料理で楽しめる万能な魚です。今後違う形でメニューに登場することもあるかもしれません。どうぞお楽しみに！冬の海が育んだ、ひと際美味しい寒びらめ。この季節だけの格別の味わいを、ぜひゆっくりとご堪能ください。

身がギュッとしまつて

刺身でも旨い!!

## お友達紹介特典

期間：2025年12月1日～2026年1月31日

ご紹介者様は、..

次回 50%OFF

2026年1月31日まで

お友達は初回 50%OFF

※2ヶ月目以降は自動継続になります

紹介を受けた方は、ご注文時に「備考欄」へご紹介者様のお名前をご入力下さい。

ご注文はこちら

ご不明な点はお問い合わせフォームまたはお電話にてお問い合わせ下さい。

月～金：9：00～17：00 ☎083-261-2929

## サカナのわく知って得する旬情報紹介キャンペーン

## 第5回口コミ大賞

全部とても美味しかったです。あじの蒲焼き井も美味しかったのですがカラスガレイの煮付けがとても美味しかったです。最初の頃のお煮付けの味はレシビ通りに作るとちよつと醤油辛くてうーんという感じでしたが最近のお煮付けは魚はもちろん添付のタレも美味しくなりレシビ通りに作って、夫も大満足のお味に出来上がります。食のスベヤリストを目指して頑張っておられるおかげかなと思っております。これからも珍しく美味しいお魚料理が食べられることを楽しみにしています。

煮汁の改良に気づいていただき、大変嬉しいです！煮汁はご家庭の味や、地方によっても味付けの好みが違う難しい調味料。まさにちよつと醤油辛かった味を魚本来の旨さを引き出せる味付けに改良しました。今月の煮付けも、寒い冬にホッと心温まるそんな一皿になれば嬉しいですね。

