

【フルーツパーラー・テクニック】目次

はじめに

フルーツ別カッティング

カッティングをはじめる前に

フルーツを知る

カッティング

盛り付け

フルーツカッティングに必要な道具

オレンジ/グレープフルーツ/その他の柑橘

レモン・ライム/キンカン/メロン/スイカ/イチゴ/ベリー/キウイフルーツ

パイナップル/マンゴー/パパイア/リンゴ/ナシ(和ナシ)/西洋ナシ(洋ナシ)

モモ・ネクタリン/プラム(スモモ)/カキ/アケビ/ビワ/イチジク/サクランボ

ブドウ/アボカド/バナナ/ザクロ/スターフルーツ/ドラゴンフルーツ(ピタヤ)

マンゴスチン/パッションフルーツ/チェリモヤ/キワノ

フルーツを盛り合わせる

2種のフルーツを盛り合わせる

スイカとメロン

スイカとマンゴー

マンゴーとモモ

オレンジとキウイ

ブドウとイチジク 1

ブドウとイチジク 2

グレープフルーツとキウイ

カキとリンゴ

カキとブドウ

メロンとイチゴ

3種のフルーツを盛り合わせる

モモとネクタリンとスイカ
メロンとグレープフルーツとイチゴ
パパイヤとキウイとオレンジ
和ナシとブドウとザクロ
西洋ナシとブドウとカキ
パイナップルとキウイとイチゴ
晩白柚（ばんぺいゆ）とグレープフルーツとみかん
パイナップルとスイカとキウイ

パーティやビュッフェのための盛り合わせ

季節の盛り合わせ
春の盛り合わせ
夏の盛り合わせ
秋の盛り合わせ
冬の盛り合わせ

パーティのサプライズプレート

ボールのフルーツで
キューブのフルーツで
フルーツを敷き詰めて

フルーツデザート

シンプルなデザートにフルーツをプラス

アイスクリーム（バニラ）にプラス
ヨーグルトにプラス
ゼリー（コアントロー）にプラス1
ゼリー（コアントロー）にプラス2
ワッフルにプラス1
ワッフルにプラス2
シフォンケーキ（イチゴ）にプラス

人気のフルーツデザート

モモのパフェ

イチゴのパフェ
ネクタリンのパフェ
マンゴーのパフェ
イチジクのパフェ
ブドウのパフェ
フルーツポンチ
プリンアラモード
フルーツライフル
フルーツコンポート1
フルーツコンポート2（皿盛りにして）
フルーツ蜜豆1
フルーツ蜜豆2（皿盛りにして）
フルーツサンド
フルールケーキ
フルーツロールケーキ

ジュース

オレンジジュース
イチゴジュース
パパイアジュース
キウイジュース
ドラゴンフルーツジュース
スイカジュース

紅茶

シャリマティー
エベレストティー
アイスカリフォルニア

フルーツパーティ

フルーツ重で祝うお正月

フルーツ散らし寿司
カットフルーツ盛り合わせ
マンゴー巻き（メロン、スイカ、和ナシ、キウイ）
和ナシとカキのなます風

ピスタチオムース + クリームチーズムース + イチゴゼリーのフルーツテリーヌ
フルーツのゼリー寄せ
ブルーベリーの黒豆風

夏の立食フルーツパーティ

フルーツライフル
フルーツサンド
フルーツピンチョス
ブルスケッタ
フルーツボンチ
フルーツゼリー

子供のためのフルーツバースデイパーティ

ホワイトチョコレートのもースケーキ
スイカのフルーツボンチ
フルーツミニバーガー
スティックフルーツ
リンゴジュース + 炭酸
フルーツミルクケーキ
フルーツで動物

フルーツウェディングパーティ

フルーツとチーズ
ウェディングケーキ
フルーツコーティングチョコ
フルーツテリーヌ

フルーツクリスマスパーティ

フルーツクリスマスツリー
サンタリア
ポテトサラダ アボカドとレッドカラントを添えて
イチゴのサンタクロース
焼きリンゴ
アップルパイ
スムージー（マンゴー、メロン、イチゴ）
イチゴとベリーのクリスマスケーキ

種の楽しみ方

フルーツの保存と栄養