

【調理場1年生からの ミザンプラス講座 フランス料理の素材の下処理】目次

【野菜】

- 野菜を切る、きざむ（基本の道具 / 「切る」に関することば）
- 野菜の切り方（特定の切り方 / 一般的な概念）
- エシャロット（エマンセ / シズレ / アッシュェ）
- ニンニク（株ごと使う / 皮付き / つぶし / 皮むき / エマンセ / アッシュェ / ピケ用）
- ハーブ（そうじと保存 / フィーヌ・ゼルブ）
- 玉ねぎ（ミルボワに切る / エマンセ / シズレ / アッシュェ / クローヴを刺す）
- セロリ（ミルボワに切る / そうじ / エマンセ / ジュリエンヌ）
- ポワロー（ミルボワに切る / ジュリエンヌ）
- トマト（エモンデ / デ / コンカッセ / ピュレ / トマト・ウォーター）
- 柑橘類（レモンの皮のジュリエンヌ / レモンの皮のラペ / オレンジのシュブレーム）
- アーティチョーク（花托を取り出す / 花托の下ゆで / ヴィオレをむく）
- アスパラガス（グリーンアスパラガスのそうじ / ホワイトアスパラハスのそうじ）
- キャベツ（ブランシール / シフォナード / 「キャベツ包み」 / ポトフ用の下処理 / 紫キャベツのジュリエンヌ）
- カリフラワー（そうじ / カリフラワーの“先端” / カリフラワーのタブレ）
- クールジェット（ジュリエンヌ / ブリュノワーズ / エマンセ / くりぬく）
- ほうれん草（下処理 / ブランシール）
- さやいんげん（下ゆで）
- かぶ（エマンセ / 面取り）
- ピーマン（皮をむく / ジュリエンヌ）
- じゃがいも（ポヌフ / アリュメット / ポム・パイユ / ポム・ゴーフレット / ポム・シャトー / ポム・ココット）
- シャンピニオン（そうじ / カルチェ / エマンセ / ジュリエンヌ / アッシュェ）
- 野生きのこ（セーブ茸 / トランベット茸 / ピエ・ド・ムトン茸 / ジロール茸 / ピエ・ブルー茸 / シヤントレル茸）
- 乾燥きのこ（もどす / もどし汁を煮詰める）

【魚介】

- 魚をあつかう（魚をさばく包丁 / あると便利なもの / 魚のもち方 / 水洗いのしかた / 魚のそうじ / フィレにおろす / 魚の切り方に関することば）

- たい(丸い魚の例)** (アビエする/三枚におろす/フィレのあつかい/皮を取る)
- 舌びらめ** (ドーバーソールの皮をはぐ/国産舌びらめの皮むき/頭と内臓を抜く場合/
五枚おろしにする/アラの処理)
- オマール** (分割する/ゆでる/殻をむく/頭と脚の処理)
- ほたて貝** (貝柱のそうじ)
- ムール貝** (殻のそうじ/殻の開け方)
- かき** (殻を開ける)

【肉】

- 肉をあつかう** (肉をさばく包丁/あると便利なもの)
- 牛フィレ肉** (そうじ/フィレの塊をフィレする/1ポーションをフィスレする)
- 仔羊の背肉** (そうじ)
- 家禽** (鶏のそうじ/手羽先を落とす/ブリデする/フォスレする/
部位に分ける/ソリレス/ササミ)
- 鶏ガラ**
- 鴨の胸肉** (胸肉を切り取る/そうじ/鴨ガラの処理)
- リ・ド・ヴォー** (下処理)
- ベーコン** (ラルドンに切る)
- 網脂** (そうじ)

【その他とフォン】

- こしょう** (ミニョネット)
- ブーケ・ガルニ**
- バター** (ポマードバター/溶かしバター/澄ましバター/混合バター)
- パン** (クルトン/パン粉)
- ゼラチン** (板ゼラチンをもどす)
- フォン・ブラン** (鶏のフォン・ブランをとる)
- フォン・ド・ヴォー** (フォン・ド・ヴォーをとる)
- フォンを澄ます** (フォン・ド・オマールをコンソメに)

【道具の使い方】

シノワ、パソワール/タミ/ムーラン/ボッシュ(コルネ)/マンドリーヌ