AList 152 teatro 7

イケメンシェフが手取り足取り♥ 創作イタリアンを学ぶ!

大きな窓からキッチンの様子が眺められる、「teatro 7」は、ふたりのカリスマシェフ、リコとクラウディオが経営するレストラン。ここで人気を集めているのが、楽しく学べるクッキングコース！　1回に10~12人でわいわいとつくる創作イタリアンの味はもちろん、イタリアンメンズの魅力も堪能できる、ひと粒で二度おいしい教室です♥

ドライプルーンのターキー巻き　今回教えてもらう料理

TACCHINELLA ALLE PRUGNE SECCHE タッキネッラ アッレ プルーニェ セッケ

★材料（10人分）

ターキー胸肉	1kg	赤ピーマン	2個	ドライプルーン	300g
ニンジン	1本	セロリ	1本	スペック（燻製ハム）、	
玉ねぎ	半個	ゴマ	100g	なければベーコン	400g
ローリエ	2枚	赤キャベツ	半個	にんにく	1かけ
塩、コショウ、オリーブオイル			各適量		

★つくり方

1.赤キャベツは千切りにして、フライパンで炒め、さましておく。
2.ピーマン、ニンジン、セロリ、玉ねぎを少量のオイルと塩、ローリエ、にんにくを加えたお湯で20分煮る。
3.2をフードプロセッサーでソースにする。好みでオイルや塩加減を調節する。
4.ターキーは皮を取り、4枚の同じ大きさにそろえ、肉たたきでたたき、塩、コショウをする。
5.ターキーにドライプルーンをのせ、肉を巻き、スペック（ベーコン）でさらに巻く。
6.フライパンで表面にこげめをつけてから、210℃のオーブンで8分~10分焼く。
7.3のソースをのせ、その上に斜めにカットしたターキーを盛り付け、上に1の赤キャベツをかざる。

※料理のときにオリーブオイルをかけるのが、肉が硬くならない秘訣！
※プルーンの甘みと同時に楽しめるスペック（ベーコン）の塩加減が絶妙に合います。



楽しい時間であっという間に完成~☆　焦いてかけた（？）ソースがなかなかおしゃれ。味はもちろん美味！　レストランメニューでは¢12でいただけます。

できあがり！



これを覚えれば、リストランテでもこわくない！
独レディのための押さえておくべきプチ"食材"用語集

★調味料
sale(サレ)：塩　pepe(ペペ)：コショウ　aceto balsamico(アチェート バルサミコ)：バルサミコ酢　aglio(アリオ)：ニンニク　erbe(エルベ)：ハーブ　burro(ブッロ)：バター　senape(セナペ)：マスタード　olio d'oliva(オーリオ ディ オリーヴァ)：オリーブオイル　peperoncino(ペペロンチーノ)：ピーマン　origano(オーガノ)：オレガノ　zucchero(ツッケロ)：砂糖

★野菜
carota(カロータ)：ニンジン　carciofo(カルチョーファ)：アーティチョーク　cipolla(チポッラ)：玉ねぎ　fior di zucca(フィオル ディ ツッカ)：花ズッキーニ　melanzana(メランザーナ)：茄子　patata(パタータ)：じゃがいも　peperone(ペペローネ)：ピーマン　pomodoro(ポモドーロ)：トマト

★お肉
agnello(アニェッロ)：仔羊肉　carne suina(カルネ スイーナ)：豚肉　filetto(フィレット)：ヒレ肉　lombata(ロンバータ)：サーロイン　manzo(マンゾ)：牛肉　abacchio(アバッキョ)：仔羊肉　pollo(ポッロ)：鶏肉　panicetta affumicata(パンチェッタ アッフミカータ)：ベーコン　prosciutto(プロシュット)：ハム　salsiccia(サルスィッチャ)：ソーセージ

★魚介
aragosta(アラゴスタ)：ロブスター　cozze(コッツェ)：ムール貝　gamberello(ガンベレット)：芝エビ　gamberone(ガンベローネ)：車エビ　granchio(グランキオ)：蟹　ostrica(オストリカ)：カキ　polpo(ポルポ)：タコ　salmone(サルモーネ)：サケ



陽気でフェミニストなシェフと過ごす、Happyな時間♥

ブラウス¥55,650（アオイ（ビー エッフェ by パオラ フラーニ））

Cucinan do

How to be Cook?　「お料理教室」の申し込み方

Q予約はどうするの?
Aインターネットで予約ができます。メールコンタクトは日本語不可、英語対応可です。　info@teatro7.com

Q通訳はいますか?
A予約時に日本語の通訳希望と伝えてください。スタッフ・森岡さんが対応してくれる。



日本人スタッフ 森岡綾 AYA

Q料金はどのくらい?
Aシェフと一緒に料理をつくり、生は全員で食べます。材料費込みで¢50。

Qほかにはどんな料理教室があるの?
Awww.kitchenweb.it/の「eventi」をチェックして。テーマ制で4、5レシピつくります。©19:30~（火、木）



teatro 7

テアトロ 7
DATA Via Civercchio 9 ☎02-89909702 ⏰12:30~15:00（月~金）、20:30~24:00（水~土）
www.teatro7.com
料理教室は火曜20:00~23:00開催。[MAP1-B-1]



KEI's♥EYE
とにかく楽しかった…！　教えてくれたシェフ、リコの陽気なパワーがはんぱじゃないの！　楽しませてくれるサービス精神がステキでした♥

Italiano Culture

イタリアならではの感覚やセンスに興味シンシン！

料理から芸術まで…イタリアならではの"文化"を知る!

ミラネーゼに学ぶのはおしゃれだけにあらず。イタリア料理、オリーブオイル、アートな世界…。
"これぞイタリア！"な㊎級文化を、マヤケイが身をもって体験してきました！