

effe-co.

Corso di cucina Italiana

Gennaio — Giugno 2024

2024年1月

10(水)	Risotto con radicchio precoce Sedano e porro gratiata	ラディッキョ・プレコーチェのリゾット セロリと長ネギのグラティナータ (オープン焼き)
17(水)	Tiramisu con Hoji cha Insalata di barbabietola	ほうじ茶のマスカルポーネ ビーツのサラダ

2024年2月

2(金)	Rana pescatorice Insalata di lenticchie e arancie	あんこうのオーブングリル レンズ豆とオレンジのサラダ
28(水)	Arrostato di maiale Purea di patate	豚肉のハーブロースト マッシュポテト

2024年3月

6(水)	Lasagne di rapa Scaloppine al Marsala	蕪のラザニア マルサラのスカロッピーネ (薄切り肉のソテー マルサラ風味)
20(水)	Fricò Fritto di grongo	フリーコ (ヴェネト州のポテトのガレット) 穴子のフリット

2024年4月

3(水)	Torta di fragola Pollo e verdura primavera	いちごのケーキ 鶏肉と春野菜のワンプレート
17(水)	Pasta fresca Sugo per la pasta	フレッシュパスタ パスタソース

2024年5月

8(水)	Gnocchi alla sorrentina Peperroni arrostiti con acciughe	ソレント風ニョッキ パプリカローストとアンチョビソース
15(水)	Tosta salata Insalata di primavera	トルタサラータ (イタリアのおかずタルト) 春のサラダ

2024年6月

5(水)	Focaccia con indivia riccia Insalata di farro	エンダイブのフィリング入りフォカッチャ スペルト小麦の初夏のサラダ
19(水)	Melanzane marinate Torta di ananas e ricotta	なすのマリネ パイナップルとリコッタチーズのケーキ

effe-co.



イタリア料理教室 effe-co. (エッフェ・コー)
板倉 布左子

2003年 I.C.I.Fマスターコース修了、ディプロマ取得。

その後トリノの老舗カフェBARATTI&MILANOで働きながら、料理探究を深める。
2011年、地元の料理学校、abcincucinaの開校プロジェクトに携わり、講師として勤務。

2014年2月帰国し、地元の出雲と東京で現在のイタリア料理教室をeffe-co.はじめる。以後、フードケータリングチーム“UKAREME”でイベントを行ったり、島根の生産者と消費者をつなぐファーマーズマーケット「Sunday Market CiBO (サンデーマーケット チーボ)」を開催するなどして、活動の場を広げている。

2020年5月より、Instagramで習える料理サロンTiramisuを新たにスタートする。

HP : <http://effe-co.com>

Instagram : @effe_co_