



ビューティーフードスイーツプロ養成講座(初・中・上)

全行程をお一人ずつ実習。ビューティーフードスイーツ作りの基礎を、体験的にしっかり学ぶ。

ビューティーフードスイーツ(マクロビオティック、ヴィーガン、グルテンフリーに対応するスイーツ)の視点、食材選び、作り方を少人数制、専門講師の指導のもと学びます。ご自身や周囲のために作ったり、料理教室で教えたり、提案する力を養成します。

All グルテンフリー・ヴィーガン

マクロビオティック、ヴィーガン、グルテンフリーに対応するスイーツの基礎知識、基礎17レシピを専門講師に学ぶ。
※初級①のみ食べ比べのための全粒粉スイーツあり

対象 キレイになる・ダイエット・おもてなしスイーツを学び、ご自身や周囲の方に役立てたい方、お料理教室で教えたい方、レシピやメニュー提案されたい方など

初級①	講義 実習	ビューティーフードスイーツの基本:材料選び、置き換え、米粉、小麦粉、グルテンフリーについて マフィン(全粒粉・米粉)、スコーン(全粒粉・米粉)、米粉ブルーベリーパウンドケーキ	半日	¥16,000
初級②	講義 実習	ビューティーフードスイーツの食材:甘味料、豆乳、ベーキングパウダーと重曹 米粉ナッツサクサククッキー、豆腐チーズケーキ	半日	¥16,000
中級①	講義 実習	ビューティーフードスイーツの食材:寒天と葛粉、ナッツ、チョコレートについて 濃厚ガトーショコラ、抹茶SOYプリン	半日	¥16,000
中級②	講義 実習	ビューティーフードスイーツの食材:オイル、塩、市販のお菓子について SOYパナライスクリーム、RAWラズベリーチーズケーキ、簡単チョコレート	半日	¥16,000
上級①	実習	ロールケーキ技術、フルーツカッティング 米粉ロールケーキ、米粉フルーツタルト、SOYホイップクリーム2種	半日	¥21,000
上級②	実習	デコレーション技術、スポンジ生地作り、ビューティーフードスイーツのコツ(総まとめ) デコレーションケーキ	半日	¥19,000

各単発受講可 ※初心者の方は初級から順にご受講されることをお勧めします。

初・中・上級修了でディプロマ
認定料・テキスト代別途

ビューティーフードクッキングプロ養成講座

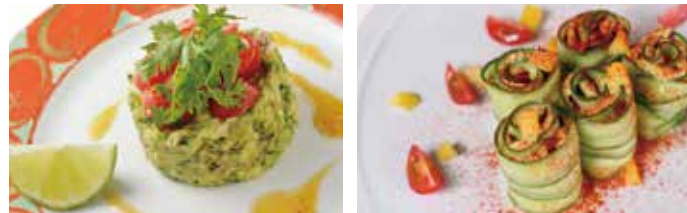
ビューティーフードクッキングのおもてなし料理、全54レシピをマスター。

ビューティーフードおもてなし・パーティー料理を、知識、スキルとも身に付ける9日間のプログラムです。内側からあふれる美しさを作り、華やかでどんな食スタイルの方にも美味しく、お子さんや男性にもボリューム満足。ビューティーフードパーティーでも人気のおもてなし料理の数々を再現できるように、少人数制でしっかり身に付けます。

対象 マクロビオティック、グルテンフリー、ヴィーガン料理に感心があり、どんな食スタイルの方にも喜ばれるおもてなし料理を学びたい方など

ビューティーフード(BF) マクロビオティックの視点から見た、自然と調和した食材の選び方・料理			
講義	ビューティーフード/マクロビオティックの視点・食材・料理	3日間	¥38,000
実習	無国籍・韓国・エスニック レシピ		
グルテンフリー(GF) GFの基礎知識。小麦粉類を使った料理を米粉料理(GF)に代替する知識・料理			
講義	グルテンフリーの視点・食材・米粉料理	3日間	¥36,000
実習	定番料理・米粉パン・米粉麺 レシピ		
ヴィーガン(VE) 動物性を使った料理を、植物性のみの料理に代替する知識・料理			
講義	ヴィーガンの視点・食材・料理	3日間	¥36,000
実習	VE寿司・イタリアン・中華 レシピ		

ビューティーフードクッキング プロ修了証
(BF・GF・VE全て修了)
認定 登録料・テキスト代別途



ビューティーフードとは

カラダの中から生き生きとしたキレイを呼び覚ますお食事です。
美しい人は、あふれる生命力に包まれたオーラがあります。
目指すのは、生命力が内からあふれる美しさ。
栄養はもちろん、味覚、視覚、心も満たしてくれるお食事です。
植物性を中心に、ヴィーガン、マクロビオティック、ローフード、またどのスタイルにも
こだわらない方も、皆一緒に楽しめます。

ビューティーフードの食材の特徴

- ✧ 未精製 ✧ 植物性 ✧ 白砂糖を含まない ✧ なるべくグルテンフリー
- ✧ なるべく自然のままに近いもの ✧ 伝統的に日本人が食べてきたもの
- ✧ 生産者に大事に育てられたもの ✧ 腸に負担が少なく、働きを助けてくれるもの

