

食×アート講座～魚のポワレやマカロンを作って、芸術的に盛りつけよう！～

開催日：2024年11月30日  
@東海調理製菓専門学校

食×アート講座～魚のポワレやマカロンを作って、芸術的に盛りつけよう！～の第1回を開催しました。ワークショップの様子をレポートでお届けします。

### ■ワークショップの概要と目的

テーマは「食×アート」。調理・製菓を学びながら、料理の盛り付けを通じて創造性を発揮し、食材の美しさや季節感を再発見するこのイベントには、小学生から中学生までの子どもたちが多数参加しました。

第1回の講師は東海調理製菓専門学校フランス料理専任教師の加藤先生。「今日はみなさんと一緒に食の世界でアートを楽しむ方法を学びましょう」と挨拶し、早速講座に入りました。



### ■講義：盛り付けの技術と美学

加藤先生は、盛り付けを「料理をアート作品に仕立てる最後の仕上げ」と表現。具体的な技術や考え方をわかりやすく解説しました。



## 1. 色彩の効果と配置の工夫

色の組み合わせは視覚的な印象を左右する重要な要素です。先生は次のポイントを紹介しました。

### ●補色の活用：

赤と緑、青とオレンジなどの、色相環で正反対に位置する色の組み合わせである「補色」を隣り合わせることで、視覚的に鮮やかで引き締まった印象を与えられる。

### ●明暗のバランス：

明るい色と暗い色をバランスよく配置することで、全体の調和を保つ。



さらに、具体例を挙げて「野菜や果物の自然な色を引き立てる方法」を実演。例えば、赤いトマトの周りに緑のバジルを散らしたり、白い皿に黄色いマンゴーと紫のソースを対角線状に配置したりすることで、目を引く一皿を作れることが説明されました。

## 2. 季節感を取り入れる

「四季の自然からインスピレーションを得ることで、料理がより豊かな物語を持つ」と先生は語ります。具体例として、春には桜色や若草色、冬には白や黒を基調にした盛り付けを提案。季節ごとの食材や色彩を活用し、料理にストーリーを持たせる重要性が強調されました。

## 3. 皿の選び方と構図

皿の形や色も、盛り付けの完成度を左右します。

### ●白い皿：

万能でどんな食材も映える。初心者には特におすすめ。

### ●黒い皿：

赤や黄色など鮮やかな食材を引き立てるが、暗い色は目立ちにくいので注意。

### ●楕円形や長方形の皿：

横方向の広がりを意識した盛り付けが可能で、動きを表現しやすい。



また、「三角形を意識した配置は安定感を与え、丸を描くように配置すると動きが生まれる」といった構図のポイントも解説されました。

#### 4. ソースの演出

ソースは料理に色と動きを加える重要な要素です。先生は、スプーンや刷毛を使った簡単な技術を実演し、「線を描く」「点を配置する」「カーブをつける」ことで、動きや華やかさを表現できることを示しました。



#### ■実践：子どもたちの挑戦

後半の実践では、子どもたちが自由に盛り付けを行いました。「まずはやってみよう」という先生の呼びかけに、子どもたちは自分なりのアイデアで挑戦。先生のお手本盛り付けを参考にしながら試行錯誤していました。



「黒い皿には何色が映えるかな？」という質問に、「白や赤がいいかも」と答える子どもや、エディブルフラワーを大胆に使う子など、発想力豊かな作品が次々と生まれました。

学生スタッフが丁寧にサポートする中、色彩や配置を工夫しながら盛り付けを完成させる姿は真剣そのもの。「この野菜はここがいいかも」「このソースを太陽に見立てたら面白いかも」とアイデアを出し合う声が会場中に響き渡りました。



#### ■試食と振り返り

完成した料理はテーブルごとに披露され、子どもたちが自分の盛り付けのテーマを発表。「お花畑をイメージしました」「海を感じる盛り付けにしました」など、個性豊かな発表に温かい拍手が送られました。

試食タイムでは、先生が「食材を提供してくれた方々への感謝を込めて食べてください」と語り、子どもたちも頷きながら料理を味わいました。自分で盛り付けた一皿を口に作る喜びはひとしおだったようです。

#### ■まとめと次回予告

最後に加藤先生が、「盛り付けに正解はありません。自分の感性を育むために、日常の食事にも今日学んだアイデアを活かしてください」とメッセージを送りました。会場を後にする子どもたちの表情は満足感にあふれ、保護者からも「子どもが楽しんでいるのが何より。自分の創造性に気づく貴重な体験でした」との声が聞かれました。

次回のテーマは「マカロン作り」。さらなるクリエイティビティを引き出すワークショップが期待されます。この「食×アート」のイベントが、多くの子どもたちの想像力や表現力を育む場として発展していくことを願います。

