

壽司學校成田 1 週密集課程 (課程表)

概要

項目	內容
期間	2026 年 5 月 18 日 ~ 5 月 24 日
學費	60 萬日圓
費用包含	飯店費用 (5 月 17 日入住 / 5 月 25 日退房) · 飯店 ~ 學校交通費 · 早餐 / 午餐

講師

- 小川 洋利
- Simon Cai

每日基本行程 (參考)

※依課程內容與進度，時間可能調整。

時間	內容
8:30 ~ 12:00 (上午)	課程
13:00 ~ 16:00 (下午)	課程
16:00 ~ 17:30	實作 · 練習 · 自由時間

課程內容 (範例)

※依食材採購狀況，內容可能部分變更。

星期	主題	主要內容
星期日	休息	
星期一 (第一天)	課程導覽 / 刀具	刀具說明・磨刀方法・桂剝 (旋切蘿蔔皮)・醋飯醋的製作・煮切醬油的製作
星期二	高湯 / 前菜	高湯的熬製方法・使用高湯的湯品・前菜・柚子醋 (Ponzu) 製作・使用 Ponzu 的前菜 (鮫鰵肝、炙燒鰹魚等)
星期三	壽司食材前處理 / 魚類分切	竹筴魚、沙丁魚、小鰭魚、星鰻、魷魚、蝦等 (依採購而變動) / 鹽漬、醋漬、昆布漬
星期四	醋飯 / 壽司練習	醋飯的製作・關於米・洗米方式・拌飯要領 / 握壽司、軍艦、卷物
星期五	和食 (天婦羅等) / 下酒菜	天婦羅・燉煮料理・味噌煮・茶碗蒸 / 下酒菜 (章魚柔煮、Kera 玉、なめろう〈拌魚肉〉、櫻花魚鬆〈桜でんぶ〉等)
星期六 (最後一天)	造型壽司 / 盛盤 / 測驗	卷物・四海卷・造型壽司 (鶴、花) / 江戶前盛盤 (如笹切等) / 握壽司與盛盤 / 畢業測驗・畢業派對

其他 (另購課程)

拉麵密集 1 日課程 (另購)

項目	內容
費用	50,000 日圓
內容	基本湯底 (雞 / 豬骨) / 返し (調味醬汁) 的製作 / 鹽味、醬油、味噌拉麵 / 叉燒 (滷豬肉)