



おうちで作ってみた料理



作った日

1月 2日

学校名

阪南市立尾崎小学校

作った料理

かちゅー湯

使った材料

- ・削り節...5g
- ・みそ...大さじ $\frac{1}{2}$ (9g)
- (1人分) ・熱湯...大 150mL (9g)
- ・梅干し 150mL

工夫したところ

むずかしかったこと・こまったこと

作った料理の写真や絵



「かちゅー湯」は

「鰹湯」と書く、沖縄に古くから伝わる伝統食。

おわんにた、みりの削り節とみそを入れてつくる。

沖縄では、風邪をひいたときや、お酒を飲み

あがった翌日にも飲まれている。

食べた人のご感想

みそ汁のようにだしのスープでおいしかった。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。

この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。





おうちで作ってみた料理



作った日

12月28日

学校名

阪南市立尾崎小学校

作った料理

みそ汁

使った材料

とうふ、うすあげ、わかめ、かつおだし、みそ、水、ねぎ

工夫したところ

とうふは家族が好きな大きさに切りました。
かつおだしをとったので、風味がよかったです。

むずかしかったこと・こまったこと

みそをいれるタイミングがむずかしかった。
ねぎをみじん切りにするのめんどくさかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

だしがきいて、とてもおいしかった。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。





おうちで作ってみた料理



作った日

1月 4日

学校名

阪南市立尾崎小学校

作った料理

バターチキンカレー

使った材料

- * バターチキンカレーのルー
- * とり肉 * 玉ねぎペースト
- * 玉ねぎ * カレー粉 * しょうゆ

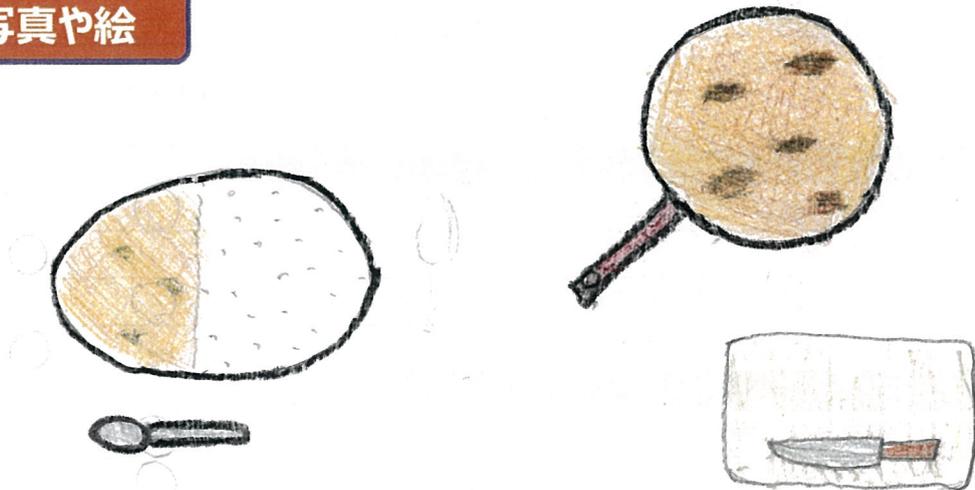
工夫したところ

- ・バターチキンカレーのルーだけでは、辛さが足りなかったのので、家族の口に合うようにカレー粉で味をととのえました。
- ・しょうゆを追加して、コクとうまみを出しました。

むずかしかったこと・こまったこと

- ・前回作った時は、ルーから作ったので辛くできたけど、バターチキンカレーのルーを使うと家族の口に合うように微調整しないといけなかったのが困りました。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

- ・辛さもちょうど良くて、お店で食べるバターチキンカレーのようでした。
- ・ピリ辛でとてもおいしかった。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。

