



## おうちで作ってみた料理



作った日

1月 1日

学校名

英田南小学校

作った料理

お雑煮

使った材料

- ・こんぶ・かつおぶし(だしを取るため)
- ・人参・ほうれん草・ぶり・かまぼこ・ゆず
- ・塩・しょうゆ・酒・みりん
- ・あごだしの素少々(化学調味料無添加)

工夫したところ

- ・人参をハート型に切り抜いたところ。
- ・ぶりは切り身を焼いて、食べやすい大きさに切ったところ。
- ・今年の干支であるうしのかまぼこを使用したところ。

むずかしかったこと・こまったこと

- ・だしを取る時、水を入れてこんぶをつけておき、少し時間をおいたこと。(こんぶがやわらかくなるまで)
- ・その後、追いがつおを入れて、手間ひまがかかったこと。

作った料理の写真や絵

日本人が  
元旦に食べる  
縁起物の料理



食べた人のご感想

・ゆずの風味が口に広がり、おだしと合いまって美味しかった。

これからも料理にチャレンジしてくださいね！

※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。





出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



## おうちで作ってみた料理



作った日

1月5日

学校名

英田南小学校

作った料理

おぞろに

使った材料

だいこん、にんじん、おもち、ねぎ、さといも、油あげ、こん

みゃく

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



食べた人のご感想

だいこんが大きかった。  
おいしかった

これからも料理にチャレンジしてくださいね！

※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3日

学校名

英田南小学校

作った料理

とん汁

使った材料

キャベツ、にんじん、玉ねぎ、しめじ、豚肉  
ごま油、とうふ、だし(かつお節、こんぶ)、みそ  
豆苗

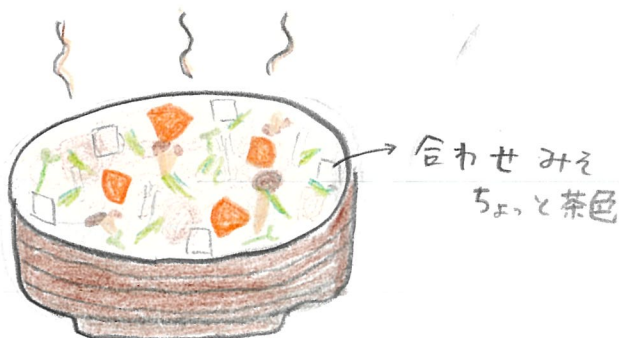
工夫したところ

- ・ごま油で先にいためる。コクと風味アップ
- ・たくさん野菜を入れたところ。タイミングも。
- ・だし作りで、こんぶやかつお節のあげるタイミング

むずかしかったこと・こまったこと

- ・たくさんの野菜を切るのが難しかった。
- ・火加減を調整するのが難しかった。
- ・だし作りのタイミング(入れたりとあげたりするとき)

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

だしのお味がいい感じになっていてとてもおいしかったです。  
具もたくさん入っていてだしとのバランスがとてもよかったです。ありがとうございました。

これからも料理にチャレンジしてくださいね！

※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ましたものとさせていただきます。





出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



# おうちで作ってみた料理



作った日

1月6日

学校名

英田南小学校

作った料理

(大根と大根の葉と油あげ、わかめを使った)味汁

使った材料

氷・大根・大根の葉・油あげ・わかめ  
味素・いりこ

工夫したところ

少しずつ味見をして味を整えたところ。

むずかしかったこと・こまったこと

味がこぼれると困るので、少しずつ味素などを入れて味を整えるところ。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

「おいしかった。」 「やさしい味だった。」  
「だしとうまみと野菜のうまみがでておいしかった。」

これからも料理にチャレンジしてくださいね！

※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25日

学校名

英田南小学校

作った料理

スクランブルエッグ・ウィンナー・米

使った材料

たまご2個・塩・白だし・ケチャップ・マヨネーズ・油・米

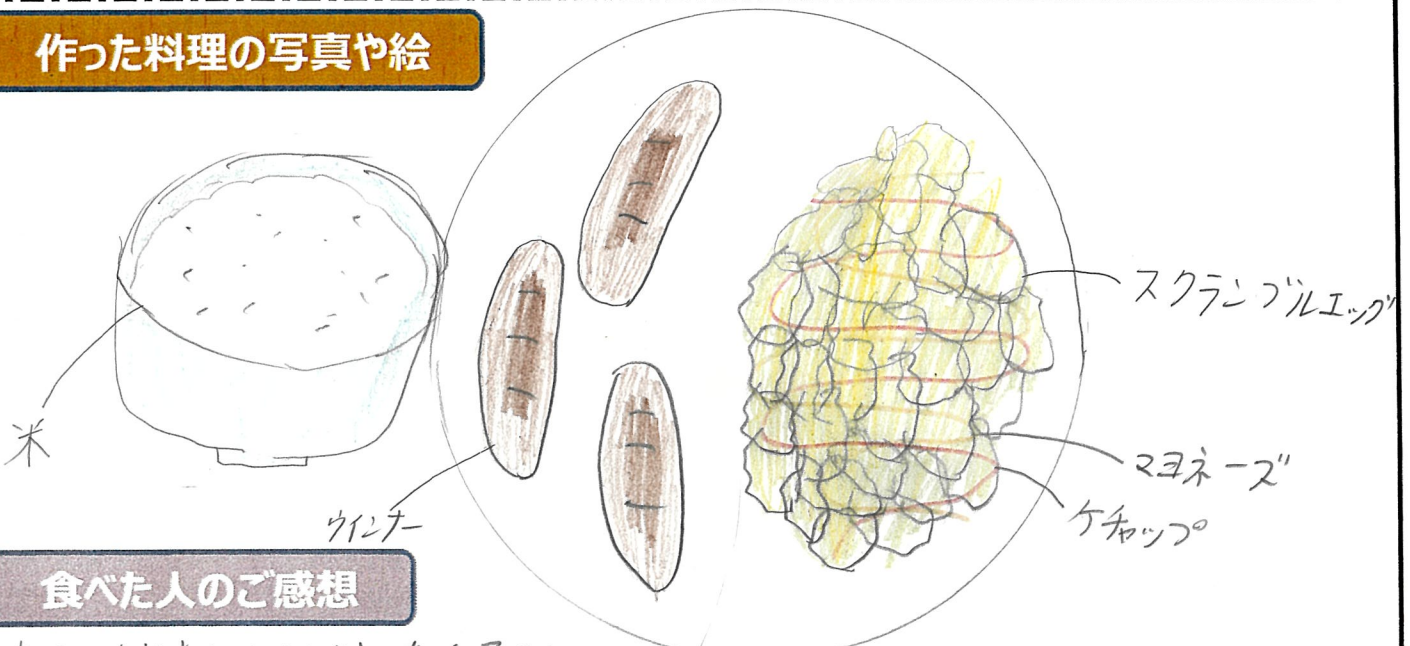
工夫したところ

たまごを2回にわけて作ったところ。

むずかしかったこと・こまったこと

たまごをこまかくするのがむずかしかった

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

ちゃんとウィンナーに火がとおってだしスクランブルエッグがちゃんと味がついてておいしいから

これからも料理にチャレンジしてくださいね！

※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。





出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしよう♪



# おうちで作ってみた料理



作った日

12月 31日

学校名

英田南

作った料理

しし だしそば

使った材料

そば、えびの天ぷら、ねぎ、だし

工夫したところ

だしを多量に取った。

むずかしかったこと・こまったこと

えびの天ぷらがはねて熱かった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

すごくおいしくて、また作ってほしいと思った。

これからも料理にチャレンジしてくださいね！

※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。





出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしよう♪



## おうちで作ってみた料理



作った日

1月6日

学校名

英田南小学校

作った料理

みそしる

使った材料

たまご 味噌 あと なたか 卵 糸こんにゃく 人参 しょうが しょうゆ 水

工夫したところ

みそをこして、すりこぎでつぶしたところ

むずかしかったこと・こまったこと

とろくなかった

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

おいしかった (おとうさんがつくりました)

これからも料理にチャレンジしてくださいね！

※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。





出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



## おうちで作ってみた料理



作った日

1月 1日

学校名

英田南小学校

作った料理

おぞう煮

使った材料

もち ・ にんじん ・ 大根 ・ 白菜 ・ うどんだし  
かまぼこ

工夫したところ

だしも 丁度良いこさに調整した。 彩りよく盛り付け。  
もちも 水から煮て、丁度良いやわらかさに。

むずかしかったこと・こまったこと

もちを器に入れるときのびてしまうからむずかしかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

もちがやわらかくて、おいしかった。

これからも料理にチャレンジしてくださいね！

※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

英田南小学校

作った料理

野苺菜たっぷりなみそ汁

使った材料

こまつな、うすあげ、なかいも、みそ(あおせみそ)

工夫したところ

こまつなもぜんぶ使ったこと。

むずかしかったこと・こまつなこと

みそのりょうしとかすめがむずかしかった。  
うすあげもきるのがむずかしかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

みそのりょうかすくなくうすかたはどすごくおいしかった。

これからも料理にチャレンジしてくださいね！

※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26日

学校名

英田南小学校

作った料理

ハンバーグ

使った材料

牛肉、玉ねぎ、牛乳、パン粉、塩、コショウ

工夫したところ

しっかりこねて作った

むずかしかったこと・こまったこと

ハンバーグをひっくりかえすところ

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

上手に出来た。

これからも料理にチャレンジしてくださいね！

※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。

