

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

3月15日

学校名

高丘東小学校

作った料理

具だくさんおすもの

使った材料

昆布・かつお節・しょうゆ・塩  
白菜・もやし・水菜・とうふ・豚肉・肉だんご(ミンチ肉)  
鶏モモ・うどん

工夫したところ

材料の入れ方

だしを一番にとって、そこに味つけをしました。そのあとにお肉・野菜・うどんの順番でいれました。ポイントは、火の通りにくいものから順番にいれることです。

むずかしかったこと・こまったこと

できるだけ早く火が通るように野菜をうすくきるところです。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

昆布やかつお節でだしをとると、やはりおいしいね。少し手間はかかるとは思うけど、その分おいしくなると思う。野菜をうすく切ったり、だんごを上手にまわめて、下ゆでをひいたら、手際もとても良くなりました。ごちそうさま!

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。

