

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♪



だしを使って つくってみたよ レポート



作った日

1月 3日

学校名

貝塚市立北小学校

作った料理

みそ汁

使った材料

とうふ、わかめ、しめじ、みつ葉、かまぼこ

工夫したところ

材料が煮えすぎないようにしたこと、みそを入れるタイミングを工夫した。

むずかしかったこと・こまったこと

だしをとる時、昆布を煮立つ直前に取り出すこと、削り節を一気に加えることがむずかしかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

- ・具材とだしがマッチしておいしかった。だしがでてる。
- ・だしを感じるみそ汁だった。風味があって香りが良い。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガスネットワークの食育HPの「つくってみたよ レポート」に掲載予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただい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♪



だしを使って つくってみたよ レポート



作った日

12月 29日

学校名

北小学校

作った料理

だし巻き・みそ汁

使った材料

だし巻き(卵・塩・かつおのだし・水・油)

みそ汁(こんぶ・かつお・はくさい・大根・とうふ・水・みそ)

工夫したところ

だし巻ききれいに見えるように、フライパンに卵を入るのを何回かにわけて入れた。みそ汁は、工夫したから、と言う事はほめてないけど、合せだしのほうがおいしかったので、こんぶとかつおの合せだしにした。
(個人的に)

むずかしかったこと・こまったこと

とくになかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

やさしい味

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガスネットワークの食育HPの「つくってみたよ レポート」に掲載予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただい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♪



だしを使って つくってみたよ レポート



作った日

1月4日

学校名

北小学校

作った料理

みそ汁

使った材料

みそ・大根・しめじ・白菜・すあげ・ほろもろ・しょうゆ・みりん

工夫したところ

切った野菜も又の通りによく入れた。

むずかしかったこと・こまったこと

白みそを入れたときにお玉の中でおはしを回しながらとくのが難しかったです。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

お正月に残った白みそで おみそ汁を作ったら いっもより甘くておいしかったです。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガスネットワークの食育HPの「つくってみたよ レポート」に掲載予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただいたものとさせていただきます。





だしを使って つくってみたよ レポート



作った日

12月 31日

学校名

貝塚市立北小学校

作った料理

年越しそば

使った材料

かつお節、そば、だししょうゆ、料理酒、天ぷら

工夫したところ

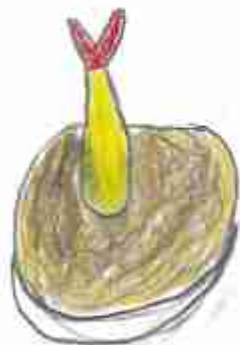
だしをとるところから作ったこと。

つゆを飲めるようにしたこと。

むずかしかったこと・こまったこと

だししょうゆの量加減

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

かつおのだしの風味が とてもよかったです。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガスネットワークの食育HPの「つくってみたよ レポート」に掲載予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただいたものとさせていただきます。





だしを使って つくってみたよ レポート



作った日

1月6日

学校名

北小

作った料理

油あげと白菜の味噌汁 (かつおだしver.)

使った材料

かつおだし、白菜、しいたけ、わかめ、味噌、油あげ、ねぎ

工夫したところ

ゆかりだしもとって、かつおだしのおいしさをも、できあがり
工夫した。

むずかしかったこと・こまったこと

ない

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

かたにいにだしをとったら、かつおの風味もかして、
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♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガスネットワークの食育HPの「つくってみたよ レポート」に掲載予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただいたものとさせていただきます。





だしを使って つくってみたよ レポート



作った日

1月 1日

学校名

北小学校

作った料理

お雑煮

使った材料

人参、大根、小葉、豆腐、白みそもち
だし→にほし、み布

工夫したところ

食材の量のバランス!

むずかしかったこと・こまったこと

難しかったです

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

もろかめとしにつまみかけた人がいた。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガスネットワークの食育HPの「つくってみたよ レポート」に掲載予定です。
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。





だしを使って つくってみたよ レポート



作った日

1月8日

学校名

北小 学木交

作った料理

とん汁

使った材料

だし・お肉・昆布・さつまいも・こんにゃく
大根

工夫したところ

昆布と昆布、火加減がちゃんとお肉が柔らかい
お肉の切り方

むずかしかったこと・こまったこと

とん汁の昆布が切れてしまった

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

さつまいもの甘みだしに溶けこんで"ると言われました

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガスネットワークの食育HPの「つくってみたよ レポート」に掲載予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただい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♪



だしを使って つくってみたよ レポート



作った日

12月8日

学校名

作った料理

だし巻き卵

使った材料

たまご はんぺん だし もも

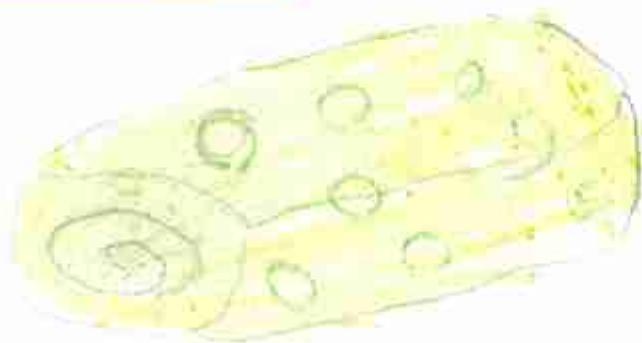
工夫したところ

卵ではなくだしをいれた

むずかしかったこと・こまったこと

まぜるのがめんどくさかった

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

まあおいしいね

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガスネットワークの食育HPの「つくってみたよ レポート」に掲載予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただい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♪



だしを使って つくってみたよ レポート



作った日

12月24日

学校名

貝塚市立北小学校

作った料理

みそ汁

使った材料

みそ、湯、わかめ、ねぎ

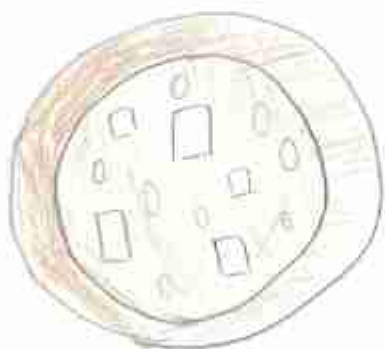
工夫したところ

みその量を調節して、味の濃さにした。
塩分

むずかしかったこと・こまったこと

とれくさし湯を入れたらいいか迷った。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

ちょうど良いみその濃さでよかった。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガスネットワークの食育HPの「つくってみたよ レポート」に掲載予定です。
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。





だしを使って つくってみたよ レポート



作った日

1月 9日

学校名

北小学校

作った料理

おすまし

使った材料

だし・白菜・にんじん・しめじ・水1000cc

工夫したところ

野菜はかたいじゅんにゆでたところ。

むずかしかったこと・こまったこと

野菜の量やにんじんの切る形がわからなかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガスネットワークの食育HPの「つくってみたよ レポート」に掲載予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただい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♪



だしを使って つくってみたよ レポート



作った日

12月 27日

学校名

貝塚市立北小学校

作った料理

味噌汁・お雑煮(12月1日に作りました)

使った材料

玉ねぎ・人参・キャベツ・卵じょうかいも・出汁入り味噌
お雑煮で作用した食材…人参・大根・昆布・鶏肉・かまぼこ

工夫したところ

人参は、火が通りにくいので一番最初になべに入れた。
前日に食材を切っていた。

むずかしかったこと・こまったこと

玉ねぎをバラバラな切り方にしたがその玉ねぎ外どけがなかなかでき配した。
お雑煮の時は持たなかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

味噌汁

お雑煮

おいしかった。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪…動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガスネットワークの食育HPの「つくってみたよ レポート」に掲載予定です。
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♪



だしを使って つくってみたよ レポート



作った日

12月31日

学校名

北小学校

作った料理

おぞらに

使った材料

にんじん、たいこん、とうふ、ごぼう、きのこ、しょうが、白みそ

工夫したところ

にほしの豆頁とほろわたを
とた

むずかしかったこと・こまったこと

たふい

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

おぞらに がとてもおいかったです

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガスネットワークの食育HPの「つくってみたよ レポート」に掲載予定です。
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♪



だしを使って つくってみたよ レポート



作った日

12月 23日

学校名

北小学校

作った料理

みそ汁

使った材料

わかめ・たまねぎ・かつおぶし・こんろみそ

工夫したところ

みその量と口末つけ

むずかしかったこと・こまったこと

みその量がおすかしくなった

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

すごくおいしかったです。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガスネットワークの食育HPの「つくってみたよ レポート」に掲載予定です。
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。





だしを使って つくってみたよ レポート



作った日

1月 7日

学校名

北小

作った料理

七草がゆ

使った材料

七草 だしのだし 玉子 米 しお

工夫したところ

たまごをいれておいしくした

むずかしかったこと・こまったこと

七草かたがた きれいにならなかった

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

とてもおいしかったです。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガスネットワークの食育HPの「つくってみたよ レポート」に掲載予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただいたものとさせていただきます。





だしを使って つくってみたよ レポート



作った日

1 月 9 日

学校名

北小学校

作った料理

みそしる

使った材料

とうふ、にんじん、ほくせい、みそ、かつお節、こんぶ

工夫したところ

にんじんをうすく切ること（火が通りやすくするため）

むずかしかったこと・こまったこと

にんじんを切りそろえる所、かつお節を入れるたいみんぐ。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

おいしかったー。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガスネットワークの食育HPの「つくってみたよ レポート」に掲載予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただいたものとさせていただきます。





だしを使って つくってみたよ レポート



作った日

1月 9日

学校名

北小学校

作った料理

おみそしや

使った材料

だし・お米 とうふ・たまご・わかめ・伊豆汁

工夫したところ

お米い・お米い入れた。お米を煮ておみそしやに

むずかしかったこと・こまったこと

ない

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

とてもおいしいが、たごう。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガスネットワークの食育HPの「つくってみたよ レポート」に掲載予定です。
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。





だしを使って つくってみたよ レポート



作った日

1月 9日

学校名

27小学校(財塚)

作った料理

しりがら玉子スープ

使った材料

しりがら、玉子の皮、にんにくの皮、玉子、もやし、日本酒、しょうが、味の素、塩、しょう油

工夫したところ

はじめに、しりがらに熱湯をかけた水で洗いきれいにする。次に1時間半かけて、この水と日本酒をカラ、へた、しょうがを入れて煮込む。この時は、弱火で煮込む。

むずかしかったこと・こまったこと

にんにくを削る時に、よく取りをしないとけなかつた。

作った料理の写真や絵

ipadに送る

食べた人のご感想

深みやコクがあり、手間をかけた分よりおいしく作れました。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガスネットワークの食育HPの「つくってみたよ レポート」に掲載予定です。
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♪



だしを使って つくってみたよ レポート



作った日

12月 28日

学校名

北小学校

作った料理

みそしる

使った材料

とうふ みそ あけ

工夫したところ

切る 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

みそしる

食べた人のご感想

おいしかった

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガスネットワークの食育HPの「つくってみたよ レポート」に掲載予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただいたものとさせていただきます。





だしを使って つくってみたよ レポート



作った日

12月29日

学校名

貝塚市立北小学校

作った料理

卵焼き

使った材料

白だし・生卵

工夫したところ

白だしを使って、だし汁を作った。

むずかしかったこと・こまったこと

卵焼き器に卵がくっついた。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

だしの風味がして美味しかった。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガスネットワークの食育HPの「つくってみたよ レポート」に掲載予定です。
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。





だしを使って つくってみたよ レポート



作った日

1月 4日

学校名

北小学校

作った料理

だしまきたまご

使った材料

たまご3つ 白だし 小さじ2はい 水 大きじ2はい

工夫したところ

工夫してない

むずかしかったこと・こまったこと

たまご目がまだ少し見ためがよくない。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

口味こいけどうめーよ。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガスネットワークの食育HPの「つくってみたよ レポート」に掲載予定です。
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。





だしを使って つくってみたよ レポート



作った日

1月 9日

学校名

貝塚市立北小学校

作った料理

たしまきたまご

使った材料

たまご 4コ、めんつゆ、ブラックペッパー、塩、おしほと、砂糖、こふだし、水

工夫したところ

形がすれないうように、へらを使った

むずかしかったこと・こまったこと

火かけんが難しかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガスネットワークの食育HPの「つくってみたよ レポート」に掲載予定です。
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♪



だしを使って つくってみたよ レポート



作った日

12月 24日

学校名

貝塚市立北小学校

作った料理

みそ汁

使った材料

とうふ、わかめ、卵、だしのもと、味そ

工夫したところ

卵はこうして、最後に卵をいれます

むずかしかったこと・こまったこと

とうふを切るのが難しかった

作った料理の写真や絵

食べた人のご感想

とてもおいしかったです。また作ってね♡

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガスネットワークの食育HPの「つくってみたよ レポート」に掲載予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただい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♪



だしを使って つくってみたよ レポート



作った日

1 月 9 日

学校名

北小学校

作った料理

なめこのみそ汁。

使った材料

なめこ とうふ わかめ みろ かつおの出汁
おろしごろ

工夫したところ

具材のいれかたをいろいろ考えた。

むずかしかったこと・こまったこと

とくにない

作った料理の写真や絵

なし

食べた人のご感想

妹「おいし」

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガスネットワークの食育HPの「つくってみたよ レポート」に掲載予定です。
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♪



だしを使って つくってみたよ レポート



作った日

12月 26日

学校名

北小学校

作った料理

だしまきたまご

使った材料

卵4個・水・みりん・しょうゆ・本だし・塩

工夫したところ

とけないようについた。

むずかしかったこと・こまったこと

とけぬかかった。

作った料理の写真や絵

食べた人のご感想

ま、とからか、た、けどご飯と食べたらおいしいかた。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガスネットワークの食育HPの「つくってみたよ レポート」に掲載予定です。
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。

