

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



池田希聖

作った日

1月8日

学校名

呉服川学校 6年

作った料理

だし巻き玉子

使った材料

こんぶ、水、かつお、玉子、醤油、

ごま油

工夫したところ

だしも入れたので、ふわっしょいできた。ごま油を使ったので、こうばしくなったところ。

むずかしかったこと・こまったこと

巻くときに、めわらかなかたから形がくずれやすかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

思ったよりすく味だったけど、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。



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5日

学校名

世田市立泉根小学校

作った料理

みぞれ汁

使った材料

こんぶ、かつお節、わかめ、しょうが、みぞれ

工夫したところ

だしはこんぶとかつお節を使い、コクを出したところ。

むずかしかったこと・こまったこと

豆腐が柔らかくてせかりにくかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

1番シンプルな料理で、かつお節とわかめ、丁寧に出汁を取ったので、かつお節がよく出て美味しくできていました。

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♪



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

呉服小学校

作った料理

年越しそば

使った材料

かつおだし、こんぶ、そば、ねぎ、えび天

工夫したところ

かつおだしをこす時にガーゼを使った

むずかしかったこと・こまったこと

味の調整とかつおだしをこす時にこすので自然に落ちるのをまづのこすには、僕は知らずにしまいでしました。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

昆布とかつお節の出汁で作った年越しそばとても美味しかったです。少ししょう油を入れすぎたのが残念でした。

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

呉服小学校

作った料理

おせちのえび

使った材料

- ・ほんだし
- ・えび
- ・塩
- ・しょうゆ

工夫したところ

ゆがく時間を少しでも長くたさないようにした。

むずかしかったこと・こまったこと

ゆがく時間と味つけ

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

色あいがよく、とてもおいしく作ることができていました。おせち料理と一緒に作るのは初めてで、料理の楽しさを家後で体験できました。

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

1月 6日

学校名

池田市立呉服小学校

作った料理

わかめととうふのみそ汁

使った材料

水 800cc 豆腐 180g 乾そうめん 5g

(OOP味だし/パックふくろ こんじみ(いけ丸キ) 55g
真味おろし(並))

工夫したところ

みそをまぜたらふたをとる前に火を止める

むずかしかったこと・こまったこと

みそをどかすこと

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

池田市呉服小

作った料理

レモンなべ

使った材料

レモンこんぶだし 鳥肉だし はんぱくせい
トマト ネギ など

工夫したところ

つんぶのだしを長くだし、なべを作る時もつんぶをす
っといれればよいです。

むずかしかったこと・こまったこと

はんぱいち、洗う時に水がはねて服がビチャビチャになった。
レモンのしるが目に入って痛かった。

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 9 日

学校名

池田市立呉服小学校

作った料理

みそしる

使った材料

かつおだし、水、しょうが、わかめ、合せみそ

工夫したところ

かつおだしをこすときにしぼらない（あくみが出るから）

むずかしかったこと・こまったこと

しょうがを手の上で切るのがこわかった。

作った料理の写真



食べた人のご感想

かつお節からだしを取ってのおみを汁はぐいぐいこして（お味噌はかき混ぜる）

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

池田市立呉服小学校

作った料理

茶碗蒸し

使った材料

こんぶ・かつお節・しいたけ・三つ葉・鳥肉・卵

かまぼこ

工夫したところ

こんぶを1時間、水にひたしてから調理した。
三つ葉をのせ、本物のようにさっ現した。

むずかしかったこと・こまったこと

卵をあやめたせうりにかまぼこをき。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

全て自分で調理して上手にできあがりました!!

とてもおいしくておいしいです。他の料理もチャレンジしていきたい。一緒に料理を楽しんでいます。

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

1月 8日

学校名

池田市立 呉服小学校

作った料理

だし巻き卵

使った材料

- ・卵 5個
- ・水 100mL
- ・だし

工夫したところ

- ・卵を何枚も重ねて、フライパンで焼いていくところ。
- ・きれいなもりつけをしていくところ

むずかしかったこと・こまったこと

- ・フライパンにのった卵を何枚も、何枚もかさねて、それをひっくり返すこと。

作った料理の写真や絵

しっかりした味付けで、とても美味しかった。
また食べたいので、作り下すね。



食べた人のご感想

おうちで料理に

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス
この用紙のご提出をもってご了承い



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 25日

学校名

呉服小学校

作った料理

だしまきたまご

使った材料

玉(3個)、砂糖(1つまみ)、塩(1つまみ)、白だし(小さじ2)
水(大さじ1)

工夫したところ

砂糖や塩、白だし水の分量
焼くときの油の量や、焼き加減

むずかしかったこと・こまったこと

玉をまいていくときに、グチャッとなってしまう
自身が回っていて、3回に分けて焼いて、2回目は自身ばかりになったこと。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

まきまき、うすまきまき、ちょうという味で、おいしかった
だしの味もなくて、ふわふわしておいしかった



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31日

学校名

池田市立呉服小学校

作った料理

かぶと厚あげのに物

使った材料

かぶ、かつおぶし、こんぶ、厚あげ

工夫したところ

くたを食やすに大きさに切ったこと

むずかしかったこと・こまったこと

おたしを、色々時間とにこむ時間

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

かつの味がよくておいしかったよ。



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7日

学校名

池田市立呉服小学校

作った料理

よせなべ

使った材料

しいためこんが、ネっけ、本だし、本みりん、料理酒、水、だし、味の素、塩

工夫したところ

いろいろな調味料やだしで味の調整をしたところ。
野菜を入れるから、だしの味をくすぐること。

むずかしかったこと・こまったこと

なかなか自分の思うような味にならなかったということ。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

思っていたより味がうすかった。ネっけとみりんが料理神髄だね!!
ごちそうさまです

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 24日

学校名

池田市立呉月小学校

作った料理

月豕汁

使った材料

さつまいも、月豕、人じん、玉ねぎ、とうもろこし、うまあげ、和風だし

工夫したところ

いつもは、おいもをいれたいけど、お兄さんの高校でつくったさつまいもを入れました。そして、お父さんが作り置きしている、かつおだしを使用しました。

むずかしかったこと・こまったこと

さつまいもをにくずりしやすから、かわをおかずに入れた。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

何杯しおかわりするほどの美味しかったです。 岡本 莉玖

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 31日

学校名

呉服小学校

作った料理

おせち (に物)

使った材料

こんにゃく、しょうゆ、みりん、さとう、塩、だし、
たまご、はんぺん、れんこん、こんぶ、かつお
八方だし。

工夫したところ

だしとくみあわせて八方だしを使って料理をした。

↓
こんにゃくかつおだしとしょうゆ・みりん (8:1:1)

むずかしかったこと・こまったこと

くわいのかわむぎがむずかしかった。
れんこんを花の形に切るのがかたくてむず
かしかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

手作りとても美味しいのに盛り付けが
きれいなので目でも美味しかったです。父

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 3日 **学校名** 呉服小学校

作った料理 おそうじ

使った材料 とり肉、はくさい、きのこ、おだし、お酒、みりん、白だし、おしょうゆ
おもち

工夫したところ

- ・おだしは、沸とうしてから弱火でじっくり味を出す。
- ・おだしをしっかりとって、調味料を入れすぎないこと。
- ・具材の順番。最初にとり肉を入れて、とり肉のうま味を出してから、野菜を入れる。

むずかしかったこと・こまったこと



食べた人のご感想

おいしかったです！
体が温まりました！

おうちで

※ご記入いただいた内容は、この用紙のご提出をもってご了承



動画はこちら→

レポートに掲載予定です。





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

作った料理

ちゃんまじ

使った材料

だしの素、とり肉、水菜、ゆりの根、まいたけ、卵

工夫したところ

卵とだしが1対3になるようにしたこと

むずかしかったこと・こまったこと

しっかりとしたはずなのに固まりなかったこと

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

ちゃんと固まっていたから大げんかおしがいし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。



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 7日

学校名

呉服小学校

作った料理

そば

使った材料

そば、あげ、天かす、わかめ、ねぎ、
混合削りぶし(厚削り、いわしのぶし、さほのぶし)、
砂糖、みりん、しょう油

工夫したところ

- 1.かえしを先につくっておいた。
- 2.あげを油ぬきました。
- 3.アグとりをしながらだしをとった。

むずかしかったこと・こまったこと

アグをとるのが、難しかった。だしをとったからを母は、ふりかけにするか父やんでもした

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

お正月料理ばかりであっていたところ そばのだしの味がこくて
とっ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

1月 1日

学校名

池田市立呉服小学校

作った料理

おそう煮

使った材料

もち・青ねお大根・白菜・にんじん・しいたけ・かまぼこ・だし

工夫したところ

食べる直前までちゅんちゅんと味がしみこむように盛りつけをした。

むずかしかったこと・こまったこと

にんじんのかき混ぜ

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

だしが効いていて、具材にも味がしみこんでいて美味しかった。

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。



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

池田市立呉服小学校

作った料理

みれしる

使った材料

玉ねぎ、豆腐、わかめ

工夫したところ

みれが残りなしのように最後までとがした。

むずかしかったこと・こまったこと

なし

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

だしがこくておいしかった。

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。



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

10月4日

学校名

池田市立呉服小学校

作った料理

あじだしをつかった味噌汁

使った材料

えのき...1パック たまご...3個、油揚げ...1パック
きのみねさ...1つかみ あじだしパック...1パック

味噌...5人前 水...1L

工夫したところ

味噌をいれたときにあまったえのきを味噌汁のなかに
入れたこと。

むずかしかったこと・こまったこと

えのきをまよめてきること。味噌をこくときちゃんとしてい
かた。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

えのきは、あじだしが、たまごがおいしいから。

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。



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 31日

学校名

池田市立呉服小学校

作った料理

だし巻き卵, こんぶとかつおぶしのふりかけ

使った材料

・水・こんぶ・かつおぶし・卵・塩・油
(おせちのだし巻き卵を作ったため塩を入れた)
・みりん・砂糖・しょうゆ・こんぶとかつおぶしのだしから出汁
・油(ふりかけ)

工夫したところ

・だし巻き卵を全部フライパンに入れるのじゃなく、数回に分けて入れていったところ。
・ふりかけにだしを少し入れて、風味を良くしたところ。

むずかしかったこと・こまったこと

・だし巻き卵をさいばしでひっくり返したところ。
・ふりかけにだしを入れたしんかん、油がとびちってしまって、やけどしそうになったこと。

作った料理の写真や絵



おせちに入れた!!

食べた人のご感想

だし巻き卵は だし 味の かつおぶし を水に入れて作って いろいろ 作った けど おせち に入れたら すごく 美味しい でした。だし巻き卵の 余りに だし が出汁を 出汁 に入れて 味を 作って いろいろ 試してみたら 味が 全然 かわりました。 美味しい でした。

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30日

学校名

呉服小学校

作った料理

みそ汁

使った材料

こんぶ・水・みそ・白だし・うすあげ・かんそうわかめ

工夫したところ

味がこくならないふつに、みそをうすめからといていきました。

むずかしかったこと・こまったこと

味がどのくらいのことか「いいか」まりました。
わかめが増えるからどれくらい入れればいいのかむずかしかったです。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

やさしい味でとてもおいしかった。「うす味でだしの味がきいていた」

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25日

学校名

呉服小学校

作った料理

だし巻き卵

使った材料

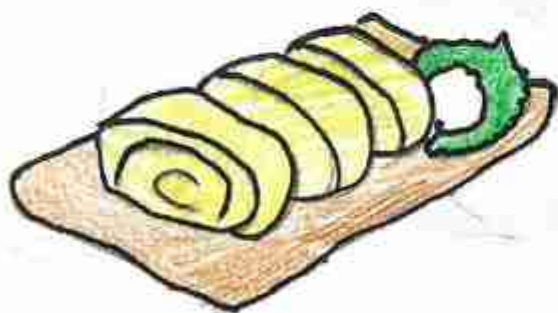
工夫したところ

たまごを巻くときに、一回一回、油をぬって巻きやすいようにしたこととです。最後、形をととめるためにクックで包みました。

むずかしかったこと・こまったこと

たまごを入れるときの分量がむずかしかったです。おぼし一本だとして巻くときにこまりました。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

だしの味がきいてい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 29日

学校名

呉服小学校

作った料理

ほうれん草のおひたし

使った材料

五縁のあ、入れたし、^{いり}木尻昆布、^{こしん}香信椎茸、^{にやし}煮干うめ鱈、^{かひ}枯れ節、^{こはし}節

ほうれん草、しょうゆ、みりん、(水) ごま油、すりごま

工夫したところ

だしがほうれん草にしみこむようにだしを上から何度もかけたこと。

むずかしかったこと・こまったこと

ほうれん草のゆで具合がむずかしかった。

作った料理の写真や絵



「ほうれん草の
おひたし」の絵

食べた人のご感想

おいしかったです。だしがしっかりほうれん草にしみこんでいました。
ほうれん草の火の通りが絶妙でした。

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 5 日

学校名

池田市立呉服小学校

作った料理

卵焼き

使った材料

市販のだしの素・卵五つ・水・ねぎ・紅しょうが

工夫したところ

かきませた卵の中に入れて、だしの素・水の量。

むずかしかったこと・こまったこと

思いのほか、まき方がうまくいかなかったこと。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

キレイに巻けていて、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

1月 3日

学校名

呉服小学校

作った料理

みそしる

使った材料

ごぼう、にんじん、かんこん、かつお、だし(だし)、
たいこん、うすあげ

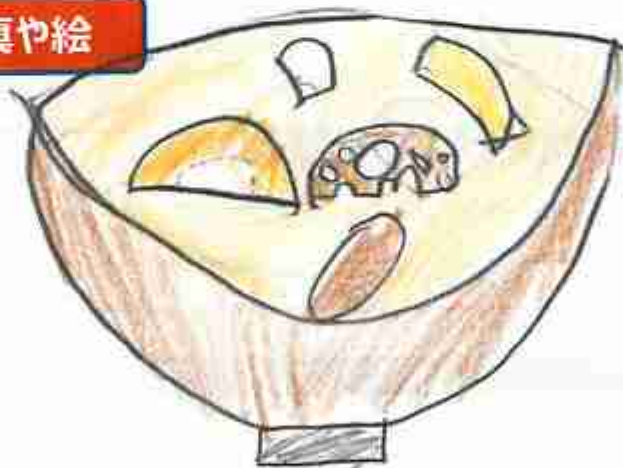
工夫したところ

ごぼうに土がついてたから土を全て落としたのとにんじんの皮をきい
に落としたこと

むずかしかったこと・こまったこと

むずかしかったことはごぼうに一切土がついてたし、もうにたおして落とした
にんじんの皮とかが残るから、きいにむりたりするのがむずかしかったこと

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♪



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

呉服小学校

作った料理

みそ汁

使った材料

油揚げ、玉ねぎ、か粒和風だし、みそ、小ねぎ

工夫したところ

みそ汁は香りがとぶので煮たさせないように気をつけた。
色どりのために小ねぎを入れた。

むずかしかったこと・こまったこと

玉ねぎを切る時に目がしみた。
玉ねぎを同じ太さに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

みその濃さもちょうど良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。



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 6日

学校名

呉服小学校

作った料理

わかめじる

使った材料

わかめ、とうふ、玉ねぎ、だしパック、みそ

工夫したところ

玉ねぎを食べやすいように、うすく切ったこと。

むずかしかったこと・こまったこと

とうふの切り方が分からなかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

だしがきいていて、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26日

学校名

呉服小学校

作った料理

みそしる

使った材料

みそ、梅のし、だし、とうふ、人参

工夫したところ

しっかり分量を量った。

むずかしかったこと・こまったこと

だしの粉が出すぎないようにするのが難しかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

分量通りに作ったけれど、味がうすかった。
うす味に慣れていないかと思いました。



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。





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

呉服小学校

作った料理

だし巻き卵

使った材料

だし 卵2つ

工夫したところ

焼きくあい

むずかしかったこと・こまったこと

とくになし

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

味のバランスが良く、おいしく食べれました。



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 1日

学校名

呉服小学校

作った料理

にしん そば

使った材料

にしん そば ねぎ (だし)

工夫したところ

そばのかたさ ねぎの量

もり上げ

むずかしかったこと・こまったこと

にしんがしずんでいくから

えはりにのせるところがこまった

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

1月7日

学校名

呉服小学校

作った料理

景わんむし

使った材料

卵 エビ しいたけ マツ茸 ちくワ 白だし

工夫したところ

特になし

むずかしかったこと・こまったこと

あまりなかったけど、テレビ見たいいうよく使うたえる

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



6-125

作った日 1月 7日 **学校名** 呉服小学校

作った料理 とん汁

使った材料 大根、にんじん、たまねぎ、さといも、しろねぎ、ふた肉、あまさみで、和風だし

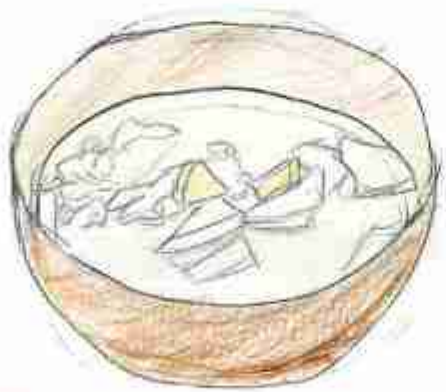
工夫したところ

火が通りやすいように材料の大きさを合わせた。

むずかしかったこと・こまったこと

具材がに切る時にかたかった事。

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。皆でおかわりしました。



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 4日

学校名



作った料理

みそ汁

使った材料

・だしはしいちば こん(は)り(か)き

・だし

・昆布、しいたけ、にんじん、大根、さといも

工夫したところ

煮しをうつの味を入れたこと

おいがっおを入れたこと

むずかしかったこと・こまったこと

こんぶのだしをとること

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

がっおの味がよくおいしかった



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4日

学校名

呉服小学校

作った料理

みぞれ

使った材料

玉ねぎ、わかめ、おろし、しょうが

工夫したところ

玉ねぎを ~~おろし~~ たらめにする

むずかしかったこと・こまったこと

特になし

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

おいしかったです。また食べたいです。



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

1月 5日

学校名

呉服小学校

作った料理

茶わん蒸し

使った材料

卵Mサイズ 3個、あわせ出汁(だしてんねん) 卵の容量の3倍量、塩 小さじ1/4、とりもも肉 約20g、焼きかまぼこ約5mm厚さ、しいたけ(うす切り) 適当に、三つ葉 適当、しょうゆ 少々

工夫したところ

ボウルに卵を入れてよくほぐす。泡立てると、加熱した時に、臭いが入り、おいしくなくなる。だから、泡立てないでほぐした。

むずかしかったこと・こまったこと

ボウルに卵を入れてよくほぐす。卵の自身もほぐさなければいけないが、泡立てると、おいしくなくなるので、難しかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

「プルプルで、まるでプリンみたい。」や「具がたくさんあっておいしい。」、「しいたけの出汁もおいしい。」などの感想をいただきました。

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31日

学校名

呉服小学校

作った料理

年越しそば

使った材料

そば、かつお、ねぎ、だし、三葉、だしなど

工夫したところ

だしの量を多めに工夫した。

むずかしかったこと・こまったこと

とろろそば

作った料理の写真や絵



※そばです。



食べた人のご感想

具材が沢山入っていておいしかったです。
だしの味もしっかりと効いていました。

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

1月2日

学校名

池田市立呉服小学校

作った料理

ふぐの雑炊

使った材料

こんぶ、ふぐ、ねぎ、白菜、卵、ご飯(白米)

↓ 1日かけて低い温度で出汁をとって、かとうする前にたす。

工夫したところ

あくが出ないように気をつける

・卵に火が通りすぎないように煮早く調理する

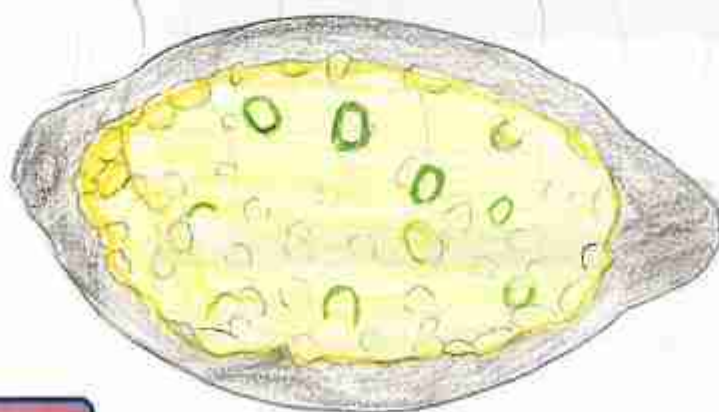
・いいお出汁を浮かすため、塩加減に注意する

むずかしかったこと・こまったこと

・火加減

・ふぐの出汁を出すために、ちりの時に骨のついたアラや皮を上手く食べるのが少し難しかったです。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

とても美味しかった。また、もっと食べたくなるような味だった。

他にまかにやお肉でもどうかを同じように食材を浮かしてそうじをつくりました。

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。





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** 豊月小学校

作った料理 みそじり

使った材料

大根、人参、白菜、みそ、1-ほろ(ダシ)

工夫したところ

血圧無しでみそをたくさん入れたこと

むずかしかったこと・こまったこと

みそのかけ方

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

かやくうまかった



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 31日

学校名

興隈小学校

作った料理

そば

使った材料

そば、こんろ、かつお節、かまぼこ、ねぎ

工夫したところ

そばをゆでたきらい

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

だしがきいていておいしかった。



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

12月31日

学校名

呉服小学校

作った料理

卵焼き

使った材料

卵2個、塩大さじ1杯、白だし適量、7割の素適量
オリーブオイル適量

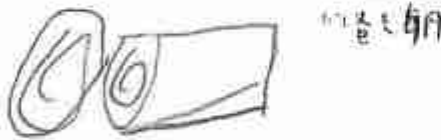
工夫したところ

中火でやく何回かにあけてまく。

むずかしかったこと・こまったこと

だし

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

すしからかった



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

1月 7日

学校名

真服小学校

作った料理

だしまきたまご

使った材料

花かつお(だし用)15mL たまご2個 しょうゆ

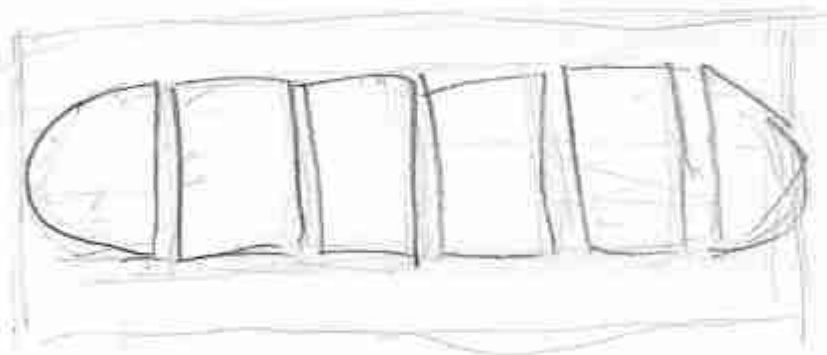
工夫したところ

おぎれないようにたまごをきらないように、へらを使ふこと

むずかしかったこと・こまったこと

まく時にボロボロになっておすずかしかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

だしのだしの味がしておいしい

女市

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31日

学校名

作った料理

そば

使った材料

こんぶだし、かつおだし、合わせたし
みりん、しょうゆ、砂糖

工夫したところ

味の調整

むずかしかったこと・こまったこと

むずかしかったことは、
味の調整です。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

めっちゃおいしかったです。

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。



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 27日

学校名

池田市立呉服小学校

作った料理

だし巻き卵

使った材料

卵 3個

水 大きじ2

市販の白だし 小さじ2

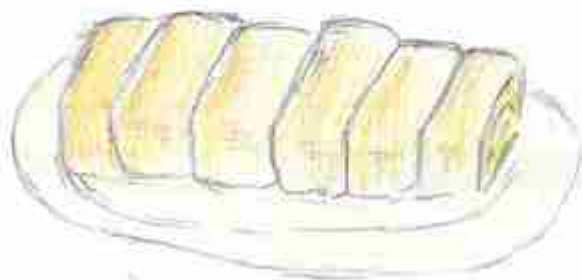
工夫したところ

こげつかないように火の強さを調整したところ

むずかしかったこと・こまったこと

ひっくりかえす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

何度も作ってくれているので、上手に美味しく出来ていました。
また お願いします！

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。



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 4日

学校名

豊船小学校

作った料理

だし巻き卵

使った材料

卵 だし汁 しゅうゆ 塩 醤油

工夫したところ

4回に分けてゆっくり巻いたこと。

むずかしかったこと・こまったこと

卵を巻くところが、フライパンにくっついてむずかしかったです。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

少し味が濃かったですが、おいしかったです。
手には色々な料理に挑戦してほしいです!

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

呉服小学校

作った料理

みそ汁

使った材料

はくせい、もやし、みそ、あごだし

工夫したところ

はくせいが多くてあごだしとあごだしの味がよく合いました。

むずかしかったこと・こまったこと

はくせいとあごだしの味がよく合いませんでした。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

おいしかった。ちゃんと味がする。

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

1 月 9 日

学校名

貝服小学校

作った料理

うどん

使った材料

こんにゃく、だし、にんじん、里芋、ゆめぼた肉

さつまいも、~~卵~~ ねぎ

工夫したところ

食べやすいように切ったこと

むずかしかったこと・こまったこと

X かわい

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。



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 2日

学校名

池田市立呉服小学校

作った料理

みそ汁

使った材料

みそ、とうふ、市販の出汁

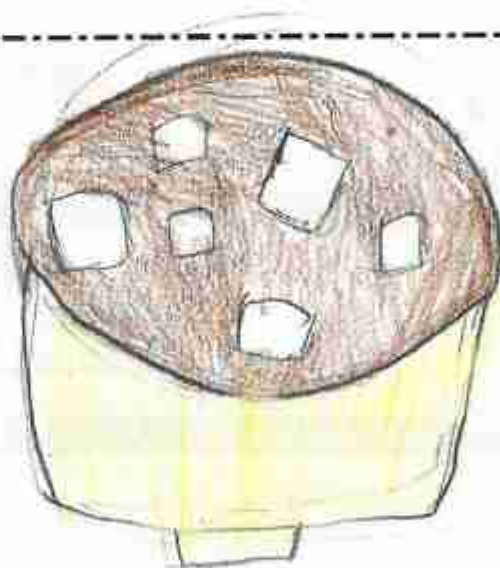
工夫したところ

みその量

むずかしかったこと・こまったこと

作り方を知らなかったからむずかしかった。ひよこもみそで切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

美味しかったです。また作ってもらえるのが楽しみです。



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。



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 8 日

学校名

池田市立呉服小学校

作った料理

お粥もの

使った材料

つゆの素 にんじん しんじょう あおさ

工夫したところ

あくをぬいたところ

むずかしかったこと・こまったこと

あくをぬくところ

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

おいしい!

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6日

学校名

池田市立泉原小学校

作った料理

親子丼

使った材料

鳥モモ肉 たまねぎ たまご(1個) しょうゆ

みりん 砂糖 水 ぽんだし

工夫したところ

たまごをまぜすぎないようにする

むずかしかったこと・こまったこと

たまねぎをうすくきること
たまごがかたくならないようにするために、
2回に分けて入れること

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

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

12月 31日

学校名

作った料理

ちくぜんに

使った材料

鶏もも肉・板こんにゃく・れんこん・にんじん・ごぼう・
さいいんげん

こんぶ・かつおぶし・酒・みりん・砂糖・水・しょうゆ

工夫したところ

- ・れんこん・ごぼうを切った後水にさらして少しゆでた事。
- ・こんにゃくを少しゆでた後、スプーンでちぎった事。
- ・火の通りにくい野菜から順番にいためていた事。

むずかしかったこと・こまったこと

- ・生の鶏もも肉を切る事が難しかった。
- ・あくだけすくうのが難しかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

よく味がしみこんでい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♪



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

長月小学校

作った料理

だし汁

使った材料

はくさい

昆布だし(カネコシ)

工夫したところ

だし汁(豆乳)をのせた

むずかしかったこと・こまったこと

昆布だし(カネコシ)をのせた

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

少し濃いけど美味しかったです。

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4日

学校名

池田市立呉服小学校

作った料理

だし巻きたまご

使った材料

たまご2個、市はんのだし、水適量

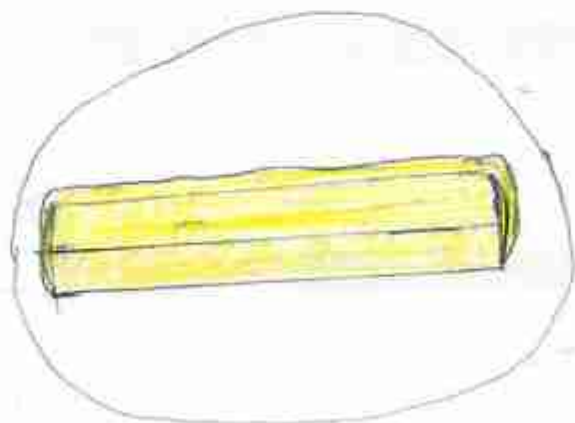
工夫したところ

焼きすぎると、こげるから、はやいうちに巻くようにした。

むずかしかったこと・こまったこと

おはして巻くと、だし巻きたまごが出来て、大変だった。フライ返しだと、下から焼けた(け)に、かなり難しかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

少し濃いかもしれないと言われたが、ちゃんとだし巻き玉子でおいしかった。
数滴のしょうゆとの相性も良く、白米が進みました。

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 25日

学校名

池田市立呉服小学校

作った料理

うどん

使った材料

水、ネつゆ、うどん、ほうれん草、わかめ、卵

工夫したところ

うどんを固すぎず、やわらかすぎないときに盛りつけたこと。

むずかしかったこと・こまったこと

うどんを入れるとき、つゆがはねそうで入れるのに苦労しました。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

あっさりしていて、美味しかったです♡
また作ってみたいのです!!

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 7日

学校名

呉服小学校

作った料理

七草がゆ

使った材料

ごはん 水 七草(萩、薺、ゆず、山椒、ごぼう、ほういそ、ほとけのゑ) 塩 卵 白だし
みりん しょうゆ

工夫したところ

- ・食べやすい用に 溶き卵 を入れた
- ・白だしを使っていた。

むずかしかったこと・こまったこと

- ・米もトロロになるようにしっかりたぐいで 火加減がむずかしかった
- ・溶き卵もフワフワにするのがとてもむずかしかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

ほどよい塩味が 白だしのうまみと合って 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。



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30日

学校名

呉服小学校

作った料理

とうふ、わかめの みそ汁

使った材料

とうふ、わかめ、だしパック、みそ。

工夫したところ

わかめを入れた後、火を消した。

むずかしかったこと・こまったこと

みそもとくのが大きかっただけ。だしパックをとるタイミングが分からなかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

今日の昼食に作ってもらいました。だしの味もよくできていて、大変おいしくいただきました。ありがとうございます。

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。



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 30日

学校名

呉服小学校

作った料理

みそしる

使った材料

みそ、とうふ、わかめ

工夫したところ

火かげんをちょうどすること

むずかしかったこと・こまったこと

とうふを切るこゝがむずかしかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

いつも以上に おいしく 感じました。

少しづつ お料理 も覚え、上手に「ふ」ときましたね。

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 4 日

学校名

呉明小学校

作った料理

みそしる

使った材料

だし...にはし、しいたけ、かつお
あけ、しんじゆ
しいま、大根、ごぼう

工夫したところ

しいたけをコップに入れて、冷蔵庫に1日おいたた(きつう)
追いかつた

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

具材が多くておいしかった

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

1月 9日

学校名

呉服小学校

作った料理

うどん

使った材料

うどん、だしのパック、だしじょうゆ、卵ネギ

工夫したところ

卵とネギを入れた。

むずかしかったこと・こまったこと

特にないです。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

味がうすかった。

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

池田市立呉服小学校

作った料理

牛乳入りのおみそ汁

使った材料

出し汁250cc ・じゃがいも1/2個 ・人参1/4本
塩わかめ10g ・みそ大さじ1.5 ・牛乳150cc

青ねぎ1本

工夫したところ

じゃがいもと人参は形をそろえて食べやすい大きさにしたところ。

むずかしかったこと・こまったこと

人参の皮をむくのがむずかしかったです。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

朝食で、おんじゆとごんじゆに分かれた時、どちらにも出せるスープのよう味がおいしかったです。

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。



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

池田市立呉服小学校

作った料理

みそ汁

使った材料

キャベツ、カニカマ、出汁

工夫したところ

キャベツの大きさをむきただけ同じにした。

むずかしかったこと・こまったこと

キャベツのしんを取るとキャベツも多く切りすぎると汁に入れる時、むく多くなった。

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

呉月民小学校

作った料理

カレー

使った材料

カレー、じゃがいも、人参、梅菜、ごぼう、肉

工夫したところ

食べやすいように切る

むずかしかったこと・こまったこと

おろかきにはこむこと

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24日

学校名

呉服小学校

作った料理

カップラーメン

使った材料

粉末スープ(だし代わり)

お湯

工夫したところ

お湯を入れてからの時間をひ
調節して、めんがたさをお好み通りにしたよ

むずかしかったこと・こまったこと

めんが足りてお湯をわかすこと。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

めんがもちろりして、ほったがおちそうになり
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

六甲小学校

作った料理

だし巻き玉子

使った材料

玉子
だし

工夫したところ

味つけ

むずかしかったこと・こまったこと

玉子をまよかし

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

1月 3日

学校名

呉服小学校

作った料理

そうじ

使った材料

だし

りんご、たんぱ、まいたけ、ごぼう、もず

工夫したところ

だしと、ごぼう、りんに合わせて煮ました。
りんごの、おたまが一つずつ煮ました。

むずかしかったこと・こまったこと

はらわたをしるしとすまて身を切ることにした。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

がっつり食べてよかった。

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。



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 3日

学校名

呉服小学校

作った料理

たまごやき

使った材料

・たまご ・だし

工夫したところ

食べくらべができるようにだしが入っているのと入っていないのをつくった。

むずかしかったこと・こまったこと

たまごをながしてからうらがえす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

だしが入っている方が味がしっかりしておいしかったです。
初めてだしが上手に作れました。

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 28日

学校名

池田市立異瓶小学校

作った料理

うどん

使った材料

削り節はばの節、いわし、煮干し、むらあじの節、水、砂糖、みりん、塩、しょう油、冷凍めん、魚肉ソーセージ

工夫したところ

味つけの時に少ししょう油調味料を加えたこと

むずかしかったこと・こまったこと

だしがりをこすこと

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

だしの旨みがあとでふわっときいてくる奥深い味でした。
自分でだしをとることを身につけ、日々活かしてほしいです。

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4日

学校名

鳥取

作った料理

うどん

使った材料

かつお、こんぶ、うどん、水

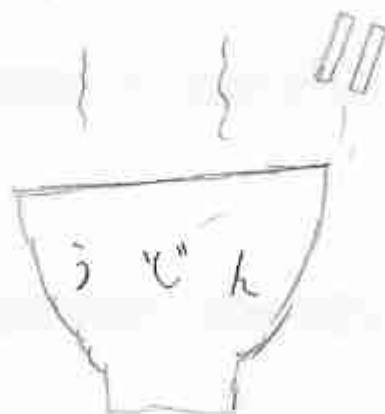
工夫したところ

こんぶを3時間つけただい。

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



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 11月 8日 **学校名** 呉月小学校

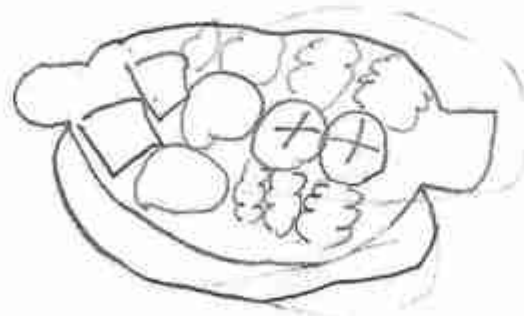
作った料理 なべ

使った材料 白菜, ねぎ, まいたけ, しめじ, 鶏肉, 鳥のすみずみ, 水きまらき, とうもろこし

工夫したところ
だしがしっかり出るために長時間にこせると。

むずかしかったこと・こまったこと
鶏肉を切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

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

12月31日

学校名

呉服小学校

作った料理

年越しそば、うどん

使った材料

こんぶ、かつお、そば、うどん、つゆ、かまぼこ、ねぎ

工夫したところ

1時間こんぶも水につけてふっくし、煮前に湯上げかつおも入れて大釜にめし分間
あつからこしたこ

むずかしかったこと・こまったこと

ふっくし煮前にこんぶもしり出さない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

いつもだしパックや顆粒だしを使用しているけど、
丁寧にとったおだしで食べる年越しそばは、とてもおいしかったです。また食べたい!!

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 4日

学校名

呉服小学校

作った料理

だし巻き卵

使った材料

水、白だし、卵、オリーブオイル

工夫したところ

色

むずかしかったこと・こまったこと

巻くことと焼くこと、巻くことができなくて、ぐちゃぐちゃの卵になったこと。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

味はおいしかった。

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 27日

学校名

池田市立呉服小学校

作った料理

みそしる

使った材料

水、かつお節、だしりん、うすあげ、かつお

工夫したところ

かつお節もすてずに他の匂いを取りにしてしま
した。

むずかしかったこと・こまったこと

つくりかたもあずかた

作った料理の写真や絵

食べた人のご感想

上品な味がおいしかったです。

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。



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 27日

学校名

豊小

作った料理

みそしや

使った材料

とうふ、わかめ、水、みそ、ねぎ

工夫したところ

ふまろしけいようにした
しょう油を入れた

むずかしかったこと・こまったこと

お皿に入ること

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。





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

呉服学校

作った料理

寄せ金高

使った材料

白菜・えのき・とりむね肉・しょうが・ねぎ・豚肉・油あげ
本だし・白だし・しょうゆ・料理酒・みりん・水・塩

工夫したところ

だしの味がこくなりすぎず、野菜から水が出ることを考えて入れたこと。

むずかしかったこと・こまったこと

つみれを丸めること

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

だしを作るところから つみれまで手伝ってくれました。つみれはスプーン2つを上手に使ってむずかしそうでしたが、とても美味しいお金高になり、家族みんなあたたまりました。

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よう♪



だしを使って つくってみたよ レポート



作った日

月 日

学校名

呉服小学校(池田市立)

作った料理

茶わんおし

使った材料

こんろ、かつお節、水、卵、とり肉、豆乳、みつ葉
ブロッコリー、えんどう豆

工夫したところ

豆乳を入れたところ。

むずかしかったこと・こまったこと

むす時の火加減が、難かかった。

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 1月3日 **学校名** 呉服小学校

作った料理 だし巻たまご

使った材料 卵。水。白だし。酒。みりん。しょう油
3つ 大さじ3 小さじ1 小さじ1 小さじ1 小さじ1

工夫したところ
こげないように火の強弱をきにしてしたところ

むずかしかったこと・こまったこと
むかし何回かやったことがあったけど、最近はやって
なかったから、1回うまくできてしまったこと。



食べた人のご感想
おいしい巻けました。とてもおいしかったです。
味もちゃんと良いですね。ごちそうさま😊

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 23日

学校名

呉服小学校

作った料理

だしまきたまご

使った材料

しょうゆ、白だし、味の素、たまご

工夫したところ

味の素を入れたこと。

むずかしかったこと・こまったこと

まく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

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25日

学校名

呉服小学校

作った料理

うどん

使った材料

うどん、えのき、わかめ、ひた肉、ねぎ、卵、本だし、しょうゆ、みりん。

工夫したところ

味が濃くなりすぎたりうすくなりすぎたりしないように、だしを入れる量に気をつけた。

むずかしかったこと・こまったこと

だしがなかなかよくからでてなくて、少しずつ角度を調整しながら、いっきにでてこないかきんちょうした。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

初めて作ったけれど、おうちで、いつもの家で作るうどんと同じ美味しかったです。

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。



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26日

学校名

呉服小学校

作った料理

とん汁

使った材料

ふた肉、たいこん、にんじん、さといも、油あげ、
みそ、ねぎ あごだし(五臓袋のあご入りだし)

工夫したところ

だしを少し多く入れることでだしのあじをしっかりと味わえるようにした。

むずかしかったこと・こまったこと

たいこんやにんじんは、簡単だ、けれど、さといもがヌルヌルしていたから
切りにくかった。そして作りすぎて食べるのにこま。けれど、2日目も食べれ
ておいしかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

具が沢山あって、食バジツエがありました！
やさしいお味でとてもおいしかったです。母。

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6日

学校名

池田市立泉原小学校

作った料理

だし巻きたまご

使った材料

たまご 3個 | 白だし 大さじ1 |

マヨネーズ 小さじ1 | しお 1つまみ | 水 大さじ2 |

工夫したところ

マヨネーズを入れたこと 入れたら、たまご「焼きか」ふわふわになり、こべりつき
にくなるかも。

むずかしかったこと・こまったこと

たまご焼きを、巻くこと。初めて巻いたが、すぐずれてしまった。けねとよ、後のたまご「えい
がんと」がまけた。

作った料理の写真や絵



ネアめて
完成した
だし巻きたまご

食べた人のご感想

初めて作った、だし巻きたまご!! 少し、焼き過ぎた所もあったけど、上手に
作っていたと思います。調味料も、しっかり混ぜていたし、すごく美味しかったです。
家族、皆に好評だったよー。また、食べたいです。

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。

