



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

阪南市立舞小学校

作った料理

おみそしる、こんぶとかつおのつくたに

使った材料

こんぶ、かつお節、大根、人じん、うすあげ

調味料 つくたに おみそしる
しょうゆ、みりん、さとう

ごま

ネギ

工夫したところ

具の大きさを具が少なかったからホ小さくしたりした。
とただしのこんぶとかつおをさいりよして、いためた。

むずかしかったこと・こまったこと

火の調せがむずかしかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

出汁で使った食材も再利用していただくのが良かったです。
おみそ汁もいい味が出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。





だしを使って つくってみたよ レポート

作った日

12月 3日

学校名

舞小学校

作った料理

みそ汁、たまご焼、小松菜のかつおぶしいため

使った材料

花かつお、油あげ、わかめ、大根、たまご、小松菜、片くつき粉

工夫したところ

みそ汁のだしを多めにし、みそを少なくしたところ

むずかしかったこと・こまったこと

みそ汁の大根のかたさの調節とたまご焼のまきところ

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21日

学校名

舞小学校

作った料理

みそしる

使った材料

ふ、みそ、こんぶ、玉ねぎ、にんじん、ごぼう

工夫したところ

ふきを入れたところ

むずかしかったこと・こまったこと

たまねぎがかわりにくかったところ

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

だしがおいしい味になっていたのでおいしかった。

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。





だしを使って つくってみたよ レポート

作った日 12月 3日 学校名 舞小 小学校

作った料理 だしまきたまご

使った材料 たまご×3、うすくししょうゆ大さじ1/2、いちばんだし3、みりん小さじ1、サラダ油 大さじ1

工夫したところ
こんぶやかっぱあぶしのだしを1かぼった。

むずかしかったこと・こまったこと
たまごをひっくりかえすこと。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

だしがきいてるわあで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。





だしを使って つくってみたよ レポート



作った日 12月18日 **学校名** 舞小学校

作った料理 かき玉汁(4人分)

使った材料

にんじん... 1/2本 だいこん... 1本 だし汁... カップ4
塩... 少々 たまご... 4個 うす口しょうゆ... 小さじ4

工夫したところ

にんじんや だいこんは食べやすいように1口サイズの形で作りました。
たまごはかたすぎずやわらかすぎずちょうどいいかたさで作りました。

むずかしかったこと・こまったこと

だいこんは切るのがすごくかたくてむずかしかったです。
だし汁... カップ4とか書いていてどうも意味が分からなかったの?
困りました。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

たまごがふわふわでおいしかった。
やさしいしっかり火がとおっていたべやすかった。

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 17日

学校名

阪南市舞小学校

作った料理

だしまき たまご

使った材料

水、かつお、こんが、たまご、みりん、塩、しょうゆ、油

工夫したところ

ふわふわになるようにやった

むずかしかったこと・こまったこと

こげがつかないまうに するこ

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

ふわふわでやさしい味かしておいしかったぞ。

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 7 日

学校名

舞小

作った料理

だし巻き卵

使った材料

卵、だし汁、砂糖、しょう油

工夫したところ

火加減を調節したこと。
卵をまがた時、しる味を切るようにしてまがたこと

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

ふ、わふ、わで美味しい

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

11月 22日

学校名

舞小学校

作った料理

だしまきたまご

使った材料

たまごこ、水 45ml 京風だしのめんつゆ、さとう、だし
本 塩 しょう油

工夫したところ

なるべくかたぢかくすれないようにこやいたりまいたりしたこと。

むずかしかったこと・こまったこと

最後のほうにかたぢかくすれてやりにくかったこと

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

うあふあておいしかった。

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。





だしを使って つくってみたよ レポート

作った日

12月 20日

学校名

舞小学校

作った料理

だしまき たまご

使った材料

こんぶ かつお節
たまご あぶら

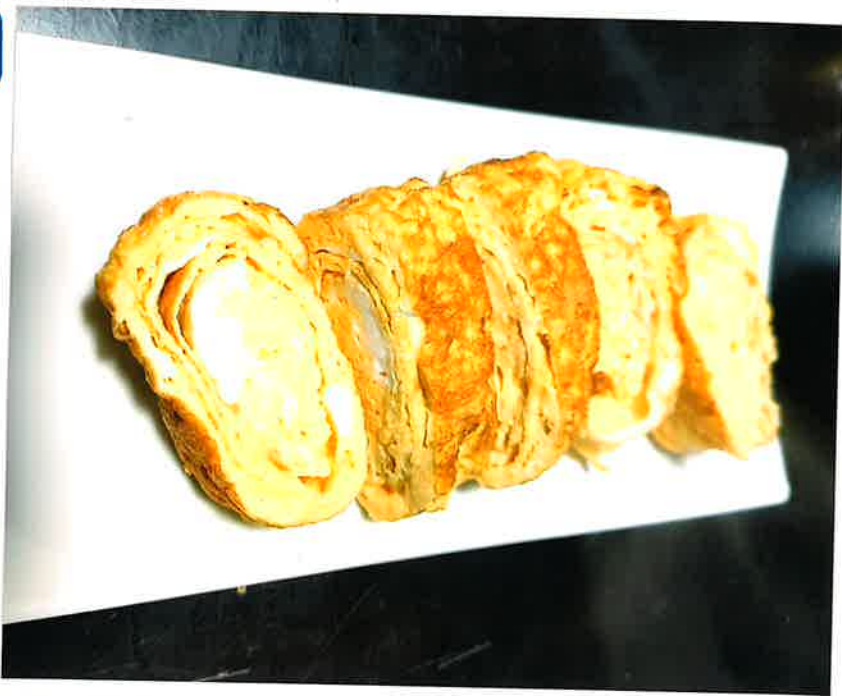
工夫したところ

こんぶをしっかりと時間を以上つけたこと

むずかしかったこと・こまったこと

たまごをまくところがむずかしかった

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

かたちはくずれかけたけど
めいば、だしがしっかりと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6日

学校名

舞小学校

作った料理

カレーライス・みそ汁

使った材料

・にんじん・じゃがいも・ふた肉・かつお節
・あつおげ・ネギ・にぼし・こん布

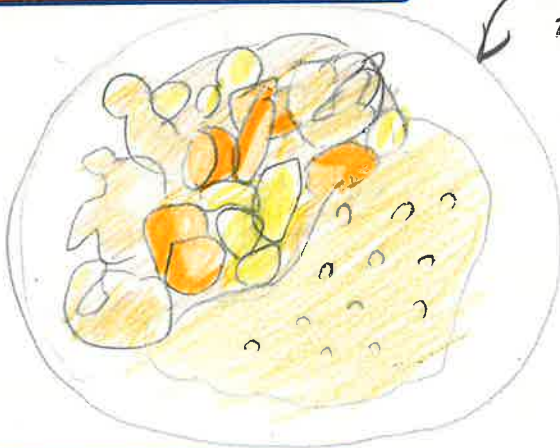
工夫したところ

カレーライスの水をだしに変えて作ってみました。

むずかしかったこと・こまったこと

カレーライスとみそ汁をいっしょに作るから、どっちも見ないといけなかったのが、むずかしかったです。

作った料理の写真や絵



まろやかに
なっていた!



食べた人のご感想

カレーがまろやかになっておいしかったです!!

だし汁が
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 17日

学校名

まい小学校

作った料理

かくし味入りのみそしる

使った材料

こうじみそ、かつおだし、ごまつな、白ねぎ、
たいいこま、とうふ、水(だし)、おしんこのもと

工夫したところ

かくし味を入れたところ。

むずかしかったこと・こまったこと

たいいこまをほそくする
おま"のせんい"が"かた"かった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

かつおのだしに"かくし"味"が"ち"と"な"く
"て"お"い"し"か"った。具"が"た"く"さ"ん"で"食"べ"る"の"が"お"い"し"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 17日

学校名

舞小学校

作った料理

水炊きなべ

使った材料

だしこんぶ・はくさい・とうふ・ぶた肉
とり肉・しいたけ

工夫したところ

水からだしこんぶでだしをとる所

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

水で食べ 次の日に白だしを入れてうどんにも変身
おいしくいただきました。

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。





だしを使って つくってみたよ レポート

阪南大学

作った日

12月 30日

学校名

舞小学校

作った料理

みそ汁

使った材料

わかめ・とうふ・うすあげ・かつおだし・みそ

工夫したところ

し、かり味がしみこむように、火を調節したり、まんべんなく、みそをといたりするところを工夫しました。

むずかしかったこと・こまったこと

とうふを切るのが少しむずかしくて、あと、みそをしかりとかす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

美味しかったです。少し味が薄かったかなと思いました。

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 21 日

学校名

舞小 学校

作った料理

茶わんむし

使った材料

・いし・とり皮・大葉(お巻が売ってあるための・かまぼこ・たまご4つ
・こんにゃく・かつおぶし

工夫したところ

むし器がなかったため、フライパンに水とだし、フライパン周りのむし器を使った。
大葉は、火を入れると茶色くなるので、かきおろしに、生の大葉を置いておいて、復元直前に大葉をおいた。

むずかしかったこと・こまったこと

とり皮に火が通っていない状態になってい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

すししょうす味で、素材の味が生きてとても美味しかったです!
次は、鳥胸に下味をつけて、再度トライしよう!!!

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

舞小中学校

作った料理

みそしるとひいき

使った材料

みそ・かつおぶし・ネギ・とろろ 水・ひいき・にんじん・ごぼう・かつおぶし(ゆであがた)

工夫したところ

水がちょっと多くなつたからみそもちょっと多にした。

むずかしかったこと・こまったこと

コラてるときかつおぶしをかぶってはいけらう。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

・タレがきいてておいしい。かつおぶしのタレがしっかりとある。

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。





だしを使って つくってみたよ レポート

作った日

12月 3日

学校名

舞小学校

作った料理

うどんすき

使った材料

かつおぶし・うどん・はくさい・ネギ・しいたけ・かまぼこ
えびつみれ・しょうゆ・塩

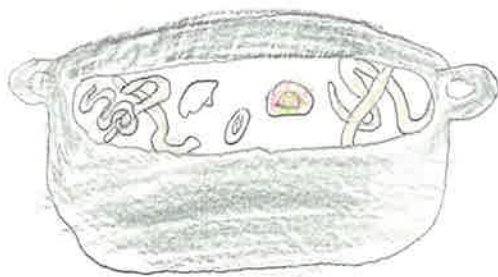
工夫したところ

かつおぶしのだしを身取るときに、しぼるとかつおぶしがちょっとおちってしまうから、自然におちるのをまたとこ。

むずかしかったこと・こまったこと

ネギを切るときに、せんりがじゃまで切りにくかったこと。

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 3日

学校名

まい小学校

作った料理

うどんすき

使った材料

うどん、ねぎ、かまぼこ、はくさい、かつおぶし、し

いたけ、つくね

工夫したところ

だしをなべにいれるときにさつみがはいらないようまさを
ようにした。

むずかしかったこと・こまったこと

ねぎをきること

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

舞小 学校

作った料理

ちぎりパン

使った材料

強力粉250g、牛乳190g、石砂糖30g、塩3g、バター20g
ドライフルーツ3g (コーン、チョコ、ラムネ)

工夫したところ

いろんなパンの味を食べたから、いろんなフルーツを入れてみた。

むずかしかったこと・こまったこと

きれいに丸めることや、ちぎりが手につくことにこまった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

みんなでおいしいでした

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。





だしを使って つくってみたよ レポート

作った日

12月 17 日

学校名

舞小 学校

作った料理

だしほろろ

使った材料

たまご ... 2 しょうり ... 小2

出し汁 ... 小2

しょうり ... 小2

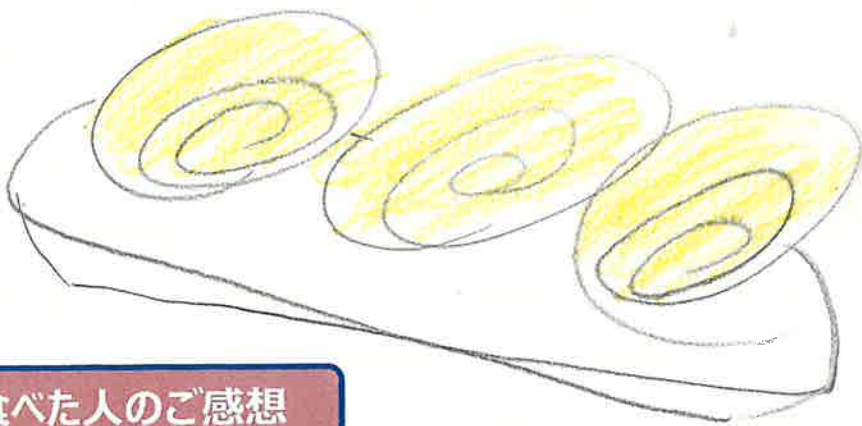
工夫したところ

~~しょうり~~
かたしを のりまきで つくるやつをつかた

むずかしかったこと・こまったこと

かたしをいれすぎてつこい感じがた

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

阪南市立舞小学校

作った料理

だしまき卵

使った材料

だしのもと、みりん、は

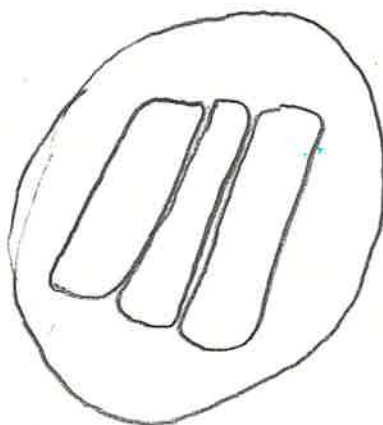
工夫したところ

ひっくりかえすところ、あじつけも工夫した。

むずかしかったこと・こまったこと

しつまでやいたらいいかわからなかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

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。





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

舞小学校

作った料理

とん汁

使った材料

かつお 味噌 ねぎ しょうが

工夫したところ

きつね肉を一口サイズにしたこと。

むずかしかったこと・こまったこと

火のかけ方

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

おいしかった もうちょっとみそをいれてもよかった

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6日

学校名

舞小学校

作った料理

みそしる

使った材料

豆腐・みそ・水・わかめ・こんぱいとかつおのだし

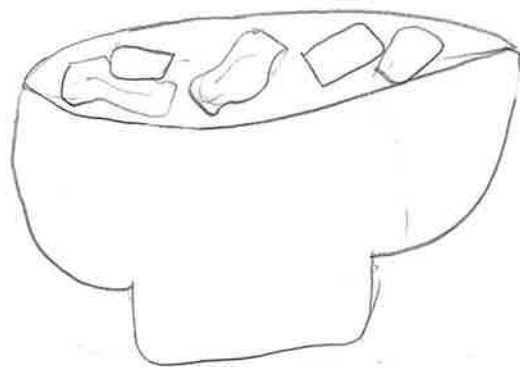
工夫したところ

みそを先に入れてからしょうがれや
すいとんを入れました。

むずかしかったこと・こまったこと

みそを入れるタイミングでこ
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ましたものとさせていただきます。

