

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

楠見西小学校

作った料理

年越しそば

使った材料

こんぶ、かつおぶし、ほうれん草、にんじん、そば、あじうあげ、  
しょうゆ、塩、みりん

工夫したところ

だしをあまり、さうさせなかつた。ろ。

さうさせすぎると風味がとぶので、とばないようにすぐ火を止めた。  
にんじんとほうれん草で彩り良くて、そしてにんじんを花形にした。

むずかしかったこと・こまったこと

しょうゆの量を調節するのが難

しかった。入れすぎると濃すぎる、あまり入れないとうすくて、この濃さがかた。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

見た目が黒、ほくならないように、しょうゆと塩で色味と味の濃さが  
ちょうど良くなるように上手くできていました。とてもおい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 28日

学校名

楠見西小学校

作った料理

みそしる

使った材料

・こんぶ・かつおぶし・ねぎ・ほうれんそう・あぶらあげ  
・みそ・水

工夫したところ

かつおとこんぶの あわせだしを使いました。

むずかしかったこと・こまったこと

火かげん

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

だしの味がしかりっていておいしかったです。(母)お母さんのよりおいしかった。ママのぐらいいいしかった。

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 / 日

学校名

楠見西 小学校

作った料理

おでうし

使った材料

・ だしこんじゆ ・ こんにゃく ・ だし ・ みそ ・ とうもろこし  
・ まいりまこんにゃく ・ まいり

工夫したところ

・ だし が じゆ うよう

むずかしかったこと・こまったこと

だしの 味の 取りかた。 (こんにゃくも)

作った料理の写真



こんにゃく

食べた人のご感想

おいしいかった。 “おいしい!!” 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 2日

学校名

楠見西小学校

作った料理

だしまきたまご

使った材料

こんぶ 35g ・ 水 1800ml ・ かつおけずりがし 35g  
たまご 4個 ・ 酒、みりん、うすくちしょうゆ 小さじ 2/3  
かつくり 小さじ 2/3 ・ かんせいしただし 50ml

工夫したところ

だしをつくる時、ふっとうしないように、みはっていたところ。(ふっとうすると、雑味がでるから。)

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

お上品な味でとてもおいしかったです。形もとても上手に巻けましたね!

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28日

学校名

楠見西小学校

作った料理

しゃぶしゃぶ

使った材料

だしこんぶ

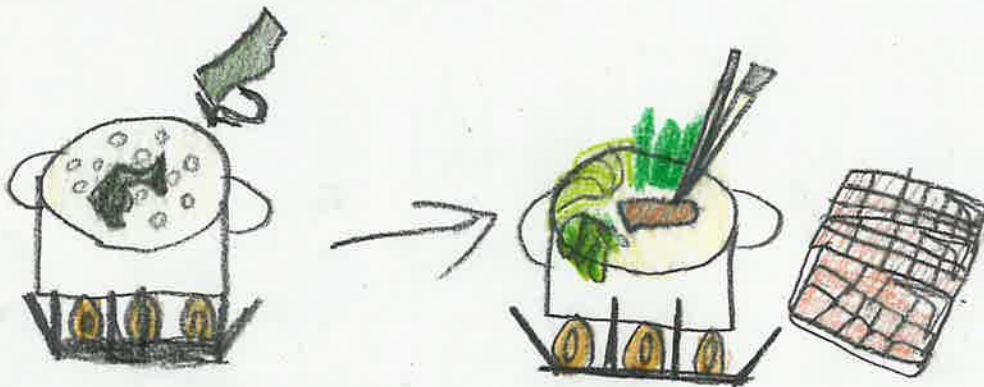
工夫したところ

水のしょうたい(1)から、こんぶをひたし、ゆづり湯めた

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

シンプルながらも、そでの味がひきたってうまかったです

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 30日

学校名

楠見西小学校

作った料理

・出汁巻

使った材料

・たまご ・白だし ・料理酒

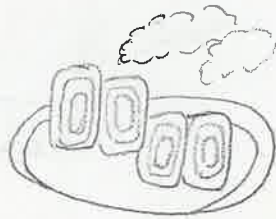
工夫したところ

・たまごが「こけ」ないようにした。

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

ふわふわしていて、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 2 日

学校名

楠見西

作った料理

みそ汁

使った材料

みそ とうふ わかめ かまぼこ

工夫したところ

火かけト

みその量

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

みそがたっぷり、こからおいしかった

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

1月

5日

学校名

木南見西小学校

作った料理

みそしる

使った材料

みそ、だし、しょうが、わかめ

工夫したところ

みそをよく混ぜる

むずかしかったこと・こまったこと

しょうがを切る

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

5日

学校名

楠見西小学校

作った料理

みそしる

使った材料

ネギコンブ、おあげ、だし、ダイコン、ろい

工夫したところ

だいこんを切るべしうすくした

むずかしかったこと・こまったこと

だいこんが切ることがつたりました

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

よ 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

楠見西小

作った料理

おでん

使った材料

水、昆布、かつお節、薄口しょう油、オリーブ  
砂糖、塩

工夫したところ

浸らす時間を多くした所

むずかしかったこと・こまったこと

だしが出るのがおそくて、こまった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

だしの味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

楠見西小学校

作った料理

たまご焼き

使った材料

かつおぶし、こんぶのだし、しょうゆ、みりん、塩、たまご2つ

工夫したところ

たまご焼きをこがさないように火加減を調整したこと。

むずかしかったこと・こまったこと

はやめにまかなげをあげるのので、急いでまいたこと。きろもくすれた。

作った料理の写真や絵

たまご焼きの絵



食べた人のご感想

味がちょうどすいけどだしきいてておいしい

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 26日

学校名

南見西小学校

作った料理

とん汁

使った材料

きんぴら かいにんにんにんじん = 肉 = かつお かつおのた肉

工夫したところ

お母さんといっしょにやると

むずかしかったこと・こまったこと

あじい付け。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

味付けもしっかりできていて火もとあっていました。

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

楠見西小

作った料理

味噌しる

使った材料

だしこん みそ おろし

工夫したところ

きりかた

むずかしかったこと・こまったこと

切り方

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

だしこんにみそかきしみてた

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 29日

学校名

楠見西小学校

作った料理

ちぢみだし

使った材料

だし こんぶ、かつおぶし、たまご、しょうゆ、みりん、しお  
具材 かまぼこ、しめじ、いか、とりこ

工夫したところ

具材を大きく切って だしの味をきかたてたところ

むずかしかったこと・こまったこと

おちぢみに 入れるところのあかが できりょうにするところと  
こぼれないように ゆっくり入れるのが 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

たまごと相性のいい 優しいだしで美味しかったです。

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

楠見西小学校

作った料理

みそしる、こんぶとかつおぶしのつくだに

使った材料

こんぶ、かつおぶし、だいこん、あげ、ねぎ、みそ、しょうゆ

さとう、ごま

工夫したところ

こんぶとかつおぶしのだしをとってからみそしるを作った。

むずかしかったこと・こまったこと

だいこんを七角の時にうすく切るように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

みそしるは、だしがきいていておいしくできました。  
つくだには、こんぶがかたかったけれどおいしくできました。

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

楠見西

作った料理

和風だしのペペロンチーノ

使った材料

にんにく、パスタ、とうがらし、ベーコン、フロッピー  
和風だし、しょう油、オリーブオイル  
(米粉)

工夫したところ

にんにくをこげないようにする

むずかしかったこと・こまったこと

パスタのかたさを調整する  
とうがらしを合わせる

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

しっかり味がしみっていて、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

榊見西小学校

作った料理

お豆腐に

使った材料

おもち、にんじん、だいこん、しめじ、とり肉、だし

しょうみそ、ほうれん草

工夫したところ

いろどりも、だいににしたらたので赤や緑の野菜も使いました。

むずかしかったこと・こまったこと

白みそ分量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

色どりもきれいでおいしかったです。

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

楠見西小学校

作った料理

カレーライス

使った材料

たまねぎ にんじん じゃがいも ルー コシノメ(洋風だし)

水 ぶた肉

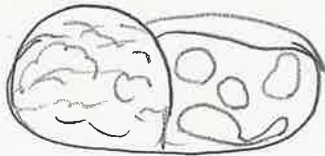
工夫したところ

とくにないです。

むずかしかったこと・こまったこと

じゃがいものかわを煮くのにじかんがかかったです

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

12月 24日

学校名

楠見西小学校

作った料理

とん汁

使った材料

かつお、こんぶ、大根、じつた肉、にんじん、白菜えのま

とうふ、白みそ、みり、玉ねぎ

工夫したところ

だしを習った通りに出した。

むずかしかったこと・こまったこと

大根をうすく切るのが

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

だしがいつもよりこくておいしかった。  
他の料理も作ってほしい。

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。





## だしを使って つくってみたよ レポート



作った日

11月 5日

学校名

本南見西小

作った料理

コンソメスープ

使った材料

キャベツ いんげん たまねぎ コンソメの素  
水

工夫したところ

スープなので、さいの目をd、し、こまかく切った

むずかしかったこと・こまったこと

いんげんがたたくて、切りにくかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

じさいがかわらなくて、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 30日

学校名

楠見西小学校

作った料理

サラダ

使った材料

キャベツ、リンゴ、マヨネーズ

工夫したところ

キャベツ、リンゴを切るのを工夫した。

むずかしかったこと・こまったこと

リンゴ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

リンゴをもうちょっとちいさく切ったほうがいい。

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

1 月 6 日

学校名

くす見 西小学校 木交

作った料理

だし巻き

使った材料

たまご2こ・だしじょうゆ・醤油・みりん・油

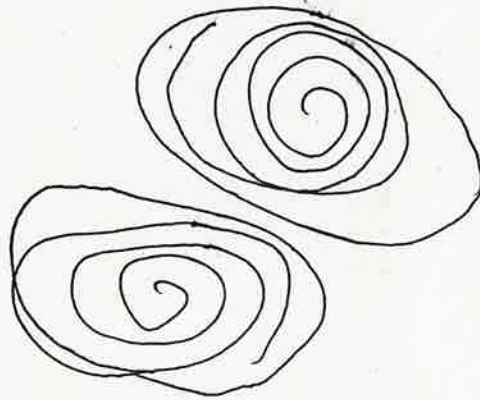
工夫したところ

はしてたまごを支えながら、まくのかがなかなかきれいにできなくて、まくとまごのいきおいをつけてま(上)にした。

むずかしかったこと・こまったこと

たまごのま(上)とこ

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

少し濃かったけどおいしく出来ていた、

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けたものとさせていただきます。

