



だしを使って つくってみたよ レポート



作った日

2月 25日

学校名

光明台南小学校

作った料理

みえ汁

使った材料

みえ、しょうが、大根、わかめ、さつまいも、かつおぶし、だし

工夫したところ

さつまいもと大根は火が弱く10分くらいはゆでた

むずかしかったこと・こまったこと

実を同じ大根に七割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

かつおぶしのダシの味がとてもおいしく感動しました。
さつまいもの甘さが良かったです。
お家で試せようねの味でした。

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

2月 25日

学校名

光明台南小学

作った料理

みそ汁

使った材料

人参・ねぎ・ごぼう・しいたけ・たいこんもやし・はくさい

工夫したところ

私の家は弟と兄が合わせて3人いるし、しかも全員たくさん食べるので、大きいなべを使って、たくさんの臭が入るように工夫しました。

むずかしかったこと・こまったこと

あまり入れすぎると、他の食材が入らなくなるので、それをちぎって小さく入れていくのが大変でした。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

野菜たっぷりだしがおいしくてすくおいしかったです!! 汁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

2月 18日

学校名

光明台南小学校

作った料理

おみそしる

使った材料

かつおぶし・こんぶ・みそ・さつまいも・たまねぎ
・にんじん・そうめん・ねぎ・たいこん・ゆず

工夫したところ

火がとおりやすく切ることと野菜がいっぱい取れるようなおみそしるに
しました。

むずかしかったこと・こまったこと

にんじんやさつまいもは、かたくて、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

野菜がたくさん入っていてすごくおいしかった
です。また作ってみたいです。

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

3月16日

学校名

光明台南小学校

作った料理

みそ汁

使った材料

人参 大根 かつお しいたけ わかめ
みそ、こんが、煮干し

工夫したところ

赤、黄、緑の3つの食品のグループの食品がバランスよくなるように材料を決めた。かたいものからじんじんにゆいでいった。

むずかしかったこと・こまったこと

まいごに、みそをお湯に溶かすところかむずかしかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

いつも通りおいしかったです

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

2月 25日

学校名

光明台南小学校

作った料理

おみそしる

使った材料

にぼし・とうふ・あぶら油・わかめ・おねぎ

工夫したところ

少し煮せる時にとうふをくずさないようにしつと工夫しました。

むずかしかったこと・こまったこと

こまったことは、初め何を入れて、その次に何を入れたらいいのかな?とこまりました。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

自分で作ったみそしるはとってもおいしかったからまた作りたいな...と思いました。次はほかの物もかんはて作りたいです。

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。





だしを使って つくってみたよ レポート



作った日

2月 20日

学校名

光明台南小学校

作った料理

おみそしる

使った材料

にんじん・余り物のほくさい・ねぎ・とうふ・みそ

工夫したところ

野菜の切り方や、みその入れぐあいなどを工夫しました。

むずかしかったこと・こまったこと

みその入れぐあいがおずかしかつたけど、こくもろくもなくていいかんじの量を入れたのでよかったです。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

野菜の形がきれいだったし、濃くもろくもなくとてもいいかんじ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

3月 8日

学校名

光明台南小学校

作った料理

かつおぶしのだしをとったみそ汁。

使った材料

わかめ、えのき、とうふ、お豆腐

工夫したところ

ふいとうしたあとに、実を入れる順番がむずかしかったです。あ、とうふを入れると水がこぼれるので、少しずつ入れたところから工夫しました。

むずかしかったこと・こまったこと

とうふの切り方やとうふをなべに入れかた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

かつおだしが、つり出でずごくおいしかった。これをきかけた料理が好きになり、お腕をふる、とくれる日を楽しみにしたいです。

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

2月23日

学校名

光明台南小学校

作った料理

みそしる

使った材料

・にぼし ・かつおぶし ・大根 ・人参
・もやし ・とうふ ・みそ

工夫したところ

材料を入れるタイミングを間ちがえないようにした。
大根と人参はうま味切った(火が通りやすいように)

むずかしかったこと・こまったこと

火かげんがすすかかった。強火にしたり中火にしたりする
タイミングがよく分からなかった。

作った料理の写真や絵

とからみた図



食べた人のご感想

にぼしの良い香りがして、野菜も良く火が通っていて、とてもおいしかったです。
また作ってほしいです。

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

2月12日

学校名

光明台幸小学校

作った料理

ちゃんぽん

使った材料

かつおだし(20g) かまぼこ しいたけ

みずば ちね肉 しょうゆ しおたま

工夫したところ

たまご、まじる時に、たまご、ききいようにしたところ。
うんしょうを、まろかえいところ。

むずかしかったこと・こまったこと

かつおだし、なつたおし、かつおだし、こすところか、なつたおし
かまぼこに、はいたところ。

作った料理の写真や絵

食べた人のご感想

かつおのたしの味がきいて、あつあつでおいしかった。

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

2月19日

学校名

光明台南小学校

作った料理

おみそしる

使った材料

かつおがし・ごま・わかめ・まつな・油揚げ

工夫したところ

かつおがしでだしを取った

むずかしかったこと・こまったこと

もいつけ

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

初めてかつおでだしを取りましたが、とても上手にできていました。
やさしい味が美味しかったです。(男)

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

2月 19日

学校名

光明台南小学校

作った料理

おせしる、ごはん、いためたもの

使った材料

菜の花、煮干し、しょうが、わかめ ← おせしる
マーセード、しいたけ、菜の花

工夫したところ

実を入れる時間と、煮る時間

むずかしかったこと・こまったこと

かつ実を入れるのか

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

全陸人で作ってい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。





だしを使って つくってみたよ レポート



作った日

2月 26日

学校名

光明台南小学校

作った料理

だしまきたまご

使った材料

たまご・だし・しお・たいこおろし・しょうゆ

工夫したところ

手風やくまくことでの。

むずかしかったこと・こまったこと

形をきれいにするのがむずかしかったです。

このぐらいうまくのがわからなかったのがさめだつけ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

とても美味しかったです。
また作ってみたいです。

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。





だしを使って つくってみたよ レポート



作った日

2月19日

学校名

光明台南小学校

作った料理

ごはんのみそしる

使った材料

米・ニンジン・わかめ・天のき・とうろ・にぼし・ごぼう・油あげ・み

工夫したところ

あつらしているかみでソレソレがさがしまうにつくた。

むずかしかったこと・こまったこと

(い)を弱めたりいいかおがりにくかた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

ご飯もみそ汁もとてもおいしかったです。だしから作ったみそ汁は味が深くおいしかったです。一生懸命作ってくれた料理、おいしく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

2月 19日

学校名

光明台南小学校

作った料理

みそ汁、だしまきたまご

使った材料

みそ汁…こんぶ、かつおぶし、たまねぎ、わかめ、みそ
だしまきたまご…たまご、さとうなどの調味料

工夫したところ

みたのもよく、味もおいしくなるように、ていねいにつくりました。

むずかしかったこと・こまったこと

みそ汁のだしをとるところがむずかしかったです。また、だしまきたまごのやいてひくりにかえすところも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

おみそ汁は、お汁の味がしっかり出ていて、(優しい味でした)
たまごも、ほのり甘くておいしいです。ありがとう♡

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

2月25日

学校名

光明台南小学校

作った料理

茶わんむし

使った材料

・キノコ・三葉・ほたて・くり・だしこんぶ(にぼしからあげ)
・たまご・しょう油・みりん・塩

工夫したところ

・豆腐味がよい(こしかり)にした。

むずかしかったこと・こまったこと

ホタテの身として具材にするには身をと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

とても美味しかったです。

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。





だしを使って つくってみたよ レポート



作った日

2月 18日

学校名

光明台南小学校

作った料理

みそ汁

使った材料

とろろ、キャベツ、玉ねぎ、だし、みそ、かつお

工夫したところ

きちんと分量をはかった。こ

ういねいにみそとかつおのだしをとったところ。

むずかしかったこと・こまったこと

野菜を切るのかがたくてむずかしかった。

まをいれるタイミングがむずかしかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

すくのだしの風味がきいて、まろやかでやさしくおいしかったです。そして、みそもいつもより少量ですみました。

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

2月16日

学校名

光明台南小学校

作った料理

とんじり

使った材料

かつお(だし取り)

ぶたバラ肉、大根、にんじん、玉ねぎ、長ねぎ(この)
しょう油、味噌、サラダ油やごま油

工夫したところ

口太、口太をかくひしだから作るのが楽しみです。
野菜をきるのと同じように、たまにマキケナイから一つ
同じサイズに切るのが工夫しました。

むずかしかったこと・こまったこと

野菜をきるのと同じように、たまにマキケナイから一つ
同じサイズに切るのが工夫しました。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

おだしのうみがよくきいてとくもおいしかったです。
野菜がすべて良い感じに切れていたのでもう味がいじりおもしろかったです。

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

2月 5日

学校名

作った料理

おでん

使った材料

だし、こんにゃく、しいたけ、かつお節、ごぼう、人参、ちくわ、
こんにゃく、じゃがいも

工夫したところ

だしをじっくりと煮こく、かつお節でふたをしてうせせすにしたら、すたすた
の音をし、かりました。こと。

むずかしかったこと・こまったこと

かつお節しかだしにのりを入れること。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

しっかりタンもとれており、味つけも理解できている。

おいしく作れていたのでもこの調子で他の料理にもチャレンジしてみたい。

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

2月 22日

学校名

光明台南小学校

作った料理

おみそしる

使った材料

・かつお節 2g
・生わかめ 1パック
・エノキ 1パック
・新たまねぎ 1パック

工夫したところ

わかめをそのままおなべでゆがいた所

むずかしかったこと・こまったこと

わかめをゆがいたとき、いつまでゆがてるかわからず、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

また作ってねと言われました。

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。

