



中学3年生の2学期は食分野について学習しました。

今学期は、和食の基本となるかつお節だしについて、今年も株式会社 にんべん様にご協力いただき学習しました。第1回目の調理実習では、そのかつお節を使った料理として「お好み焼きとちくわのきゅうり詰め」第2回目は、時短料理としてスープの素を使い「フレンチトーストと野菜入りコンソメスープ」を作りました。本格的なかつお節だしと手軽でスピーディーなインスタントスープの両方の調理を通して、料理の楽しさを知ることができたと思います。



かつお節を削る体験をしました



調理実習の様子

第1回目 お好み焼きとちくわのきゅうり詰め



お好み焼き4兄弟！

綺麗に焼けましたね



星とハートの形に飾り切りしています

温かいうちに、みんなで食べましょう！



第2回目 フレンチトーストと野菜入りコンソメスープ



さあ、頑張って作りましょう！

野菜の大きさをそろえて切りましょう！



パンを卵液にしっかり浸します

スープを器に取り分けましょう



後片付けも班全員で協力しましょう！



フレンチトーストと野菜入りコンソメスープ

とても綺麗に掃除をしてくれましたピカピカです



かつお節体験教室



カンナと軍手

かつお節だしの取り方



かつお節の削り方を教えていただきました



削りたてのかつお節の試食



高橋先生にもかつお節削りを体験していただきました



インスタントだしとかつお節だしの飲み比べ

本枯鰹節は、たんぱく質・ビタミン・ミネラルが凝縮した発酵食品です。とても簡単になだしを取ることができるので、かつお節だしを使った、お味噌汁などを作ってみてくださいね。

(株)にんべん 尾崎先生
八重野先生

