

扇小レポート 820 ゆでてみよう

五年生が家庭科で取り組んでいた調理実習の時、貼ってありました。
入間ガスの方が、一緒に取り組んでくれていました。
「ゆでてみる」ことがめあてでした。

入間ガス いるまるくんクッキング

名前

レシピ

学習の目的「ゆでてみよう！」

キャベツとにんじんの塩こんぶ和え



材料 (1人分のめやす)

キャベツ	...	80g
にんじん	...	20g
塩こんぶ	...	5g
ごま油	...	小さじ1



作り方

1. キャベツは葉を1枚ずつむき、
ため水でふり洗いし、流水で洗う。
2. にんじんは土や汚れをこすり落とし、
流水で洗う。
3. にんじんは5mmはばの半月切りにする。
4. キャベツは1~2cmはばの短冊切りにする。
しんはうす切りにする。
5. なべににんじんと水を入れて火にかける。



できあがったもの、私もいただきました。とってもおいしかったです。