

5月15日（金）6-2

5月19日（火）6-1

いためる調理で朝食のおかずを作ろう（6年生）

【いろどりいため】と【スクランブルエッグ】



まずは、【いろどりいため】用の野菜を切っていきます。

「玉ねぎが目にしみるー！」

「にんじんから炒めるから、先に切ろう。」



野菜が切れたら、火の通りにくいものから順番にいためていきます。

「にんじんの色が少し変わってきた！火が通った証拠だね。」

「ピーマンは、いためすぎたら色が変わってしまうから、次のハムを早めに入れよう。」

友だちと相談しながら、協力して実習を進めていました。





【いろどりいため】が完成したら、同じフライパンで【スクランブルエッグ】も作っていきます。

「えーっと、4人分だから牛乳は、小さじ4杯か・・・。」

参観に来ていたお家の人から、

「いためる時にゆっくりかき混ぜると、ふわふわのスクランブルエッグになるよ。」

とアドバイスをもらい、実践している班もありました。



実食！

「ピーマン苦手なんやけど・・・食べれるかな？」

パクッ！

「あっこれ、食べれるわ。おいしい。」

「野菜の甘味が感じられるなー。」

「スクランブルエッグ、ふわふわやわー。」



調理実習が大好きな6年生。声をかけ合いながらテキパキと実習を進めることができました。包丁の使い方や火の扱い方に、だいぶ慣れてきているので、またお家でも色々な料理に挑戦して腕を磨いてほしいと思います。