

授業実践ギャラリー



普通科3年 家庭科

「お味噌汁をつくろう！」



みそ汁	
1	ざいりょう 材料をそろえる (みそ、だし、こまつな、わかめ、しめじ)
2	こまつな 小松菜を切る・ちぎる
3	しめじを小分けにする
4	わかめを ^{よい} 用意する
5	お湯をわかす
6	みそを溶く
7	具を ^い 入れる
8	溶いたみそを入れ、 もりつける

むくひょう

あんぜんにちょうりする

だしについてしる。

普通科3年の家庭科の授業です。この日は調理学習でお味噌汁を作ります。
最近ではフリーズドライのお味噌汁もとてもおいしくなりましたが、やはり新鮮な具材でちゃんと作ったものにはかないません。
さらに今回は「だしについて知る」ということが目標のひとつになっています。
だしをとってお味噌汁をつくる・・・家庭ではあまりやらなくなりましたが（我が家だけ？）、本校の給食では毎回、しっかりだしをとって、作っていただいています。ゆえにおいしい！
調理レシピなどでも「だし汁〇cc」などと書かれていたりします。やってみよう！



今回のだしは昆布とかつおです。
煮て食べるのとは違い、煮出した
味を料理につかうということを学
びました。
だしを取り終わったものも、別の
料理に使うこともできるというお
話もありました。

今日の具材は小松菜としめじ、わかめです。
ネギを使う予定でしたが、予算申請した後の値上
がりが激しく、小松菜に変更になりました。
野菜の高騰も授業で学ぶことができた・・かな？





乾燥わかめは量を加減しないと、大変なことになります。
こんな少しでいいの？というくらいがちょうど良いですね。

小松菜としめじは手でちぎって入れました。
包丁を使わなくてもできる料理はあるということです。
おおざっぱにちぎる人、細かくちぎる人。
いいんです。それが「我が家の味噌汁」。





具材を入れて、みそを溶いて
入れて・・・いい香りがしてき
ました。

「ん！今日もいい出来だ」
老舗料亭の雰囲気を出して
います。





最後はみんなで試食タイムです。
今回はだしをとって作った本格派です。おいしくいただきました。

それほど難しくなく、大失敗もしにくいお味噌汁づくり。季節の野菜などいろいろなバリエーションができますね。生活の中で楽しんでくれると嬉しいです。

