

落合中学校家庭科通信

担当 家庭科 板倉梨紗

平成25年1月29日

調理実習をしました！

年明けから2週間にわたって、家庭科の授業で『ミートソーススパゲッティ・温野菜サラダ・フルーツヨーグルト』の調理実習を行いました。りんごの皮むき・修学旅行前のお好み焼きに続いて3回目の調理実習でしたが、今回は3品調理だったので、とても大忙しでした。この実習を通して、生徒の動きの一つひとつに成長を感じると共に、『それはちょっと…』というおもしろハプニング?!もたくさんあり、保護者の方にもお伝えたく、家庭科通信を発行させていただきました。クラス別の写真と内容です。是非、一緒に読んでいただけたら幸いです。



素晴らしい&おもしろい話♪

- 野菜を茹でたお湯で、スパゲッティも茹でるという時間短縮をした班が4組だけ2班もありました!!湧かす時間も短縮でき、ナイスアイデアでしたね♪
- 野菜が苦手な人にも、絶対に残してはダメ!という、優しい班員と一緒に食べてあげていました!廃棄率の勉強が生かされていますね☆
- サラダのソースを一生懸命ハート型に盛りつけようとしていた男子♪可愛かったです
- 同じ材料なのに、じゃんけんでどれがいいか決めている男子班の横から、女子班がその材料セットを取っていきました(笑)早い者勝ちです!(どれも同じですが!)
- ビックリ仰天(>△<;)良く見ると、包丁の背で野菜を切っている?!
自分で気付くまで放っておけばよかったのですが、我慢できませんでした…。
- 茹でた野菜(温野菜サラダ)を全力でしばっていた男子!!実は、しばればしばるほど、ビタミンCが抜けていきます(>△<)是非、次に生かして下さいね!
- ミートソースの水分が多いので「煮込んでね!」と言ったのですが、次に見ると…

「ドライカレー?!」料理の水分の調節は難しいですね!

- 4つに分けたフルーツヨーグルトの果物の量の違いから、じゃんけんが始まる男子の班!!とっても可愛かったです(^ ^)
- たまたま目撃!!食器を拭くふきんを床に落としたのですが、そのまま洗ったフォークを拭こうとした人が…(>△<)できれば、衛生面も考えて、3秒ルールはなしにして、清潔なふきんで食器を拭いてね!!(もちろん新しいものに変えました)



生徒の感想

- 作るのやっぱり難しいなって思った。やっぱりお手伝いは大切。
- ミートソースの水が多かったんで、水を減らすために火をつけていたので、その火の加減が難しかった。 (水を減らす→煮込んで水分を飛ばすという表現の方がいいね)
- レトルトより自分たちで作った方がおいしかったのは感動だった!!
- 野菜とか果物を切るのが思ったより難しかった。
- 班員と協力してできたので、早く終わらせることができました! けど、時間の使い方が難しかったです。
- 作ってみてとっても楽しかった!でも毎日は嫌かも…
- 意外に作るのは大変だったー。でも、すごいうまくできた。皿洗いは腰が痛くなる。
- たまねぎをみじん切りするのが難しかったし、けっこう時間がかかった。
- 4人で作っても大変だったのに、これを毎日1人で作っている親は本当にすごいと思った。これからは少しでも手伝いをしたいと思う!

今回、各班にレトルトのミートソースを用意し、食べ比べを行いました。生鮮食品と加工食品の学習をしていますが、これから、食品添加物等の学習も進めていきます。生鮮食品の良さを生かし、是非、実習したことを家庭で試してみてください。学んだことを家庭に持ち帰るーそれが家庭科の最終の目標です!!

今週末から、鰹を3枚におろして蒲焼きにする実習を行います。魚をさばく機会はなかなかないので、体調管理をしっかりし、休まず実習に参加しましょう(^ ^) /