

2020 食育コーナー

令和2年7月29日
東京都立中野特別支援学校長
和田 慎也
No.2 (担当 齊藤かおり)

今回は、高等部2年生が臨時休業期間中に取り組んだ家庭科の課題、『お料理しましょう!』をご紹介します。トッピングや、味付け、油、盛り付け、大きさなど様々な工夫が見られました。

メニュー
チーズケーキにチョコソースのせ

材料
チョコソース
作り方 (かんたんでいいです。)

できあがり写真・イラスト

感想 (本人、家庭より)
チョコは...なんでおいしいのかな♡

チーズ
増量!

メニュー
クッキー

材料
無塩バター
砂糖
卵
作り方 (かんたんでいいです。)

できあがり写真・イラスト

感想 (本人、家庭より)
生地は伸びたので、型は少し大きめにしました。

いろいろ
な形で、
楽しい!

メニュー
えび豆

作り方 (かんたんでいいです。)

- ①えび豆を水洗いして塩を拭く。
- ②お湯で茹で、お湯を捨て、塩を拭く。
- ③油で揚げ、冷ます。

できあがり写真・イラスト

感想 (本人、家庭より)
えび豆は塩がおいしかったです。

塩加減は
重要!

メニュー
きつくりポテトチップス

作り方 (かんたんでいいです。)

- ①じゃがいもを皮をむいてうすく切り水にさらす。
- ②水分をキッチンペーパーでふき取る。
- ③色がつくまで揚げ、油を冷ます。
- ④お塩、コショウをふる。

できあがり写真・イラスト

感想 (本人、家庭より)
じゃがいもを薄く切ると、サクサクした、うすく切るチップスを作りました。本人の希望でオリーブオイルで揚げたチップスを作りました。(母) 美味しくできました。

オリーブ
オイルで
絶品に!

メニュー
マヨネーズ、わかめスープ

作り方 (かんたんでいいです。)

できあがり写真・イラスト

感想 (本人、家庭より)
たのしかったです

調味料で
一工夫!

メニュー
大きなプリン

作り方 (かんたんでいいです。)

材料
卵
砂糖
作り方 (かんたんでいいです。)

できあがり写真・イラスト

感想 (本人、家庭より)
おいしかったです

好きな大き
さでお腹も
心も満足♡

夏休みにも、ぜひ、御家庭で楽しく取り組んでみてください。