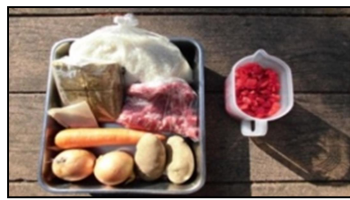


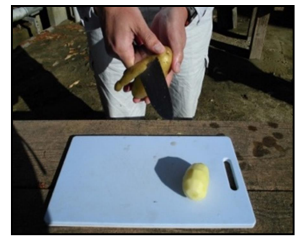
① カレーライス

<p><食材の内容> ○お米 ○にんじん ○たまねぎ ○じゃがいも ○牛肉 ○カレー粉 ○福神漬</p>	<p><食器セットの内容> ○鍋/ふた：1 ○ごはん鍋/ふた：1 ○まな板：2 ○さら：6 ○湯のみ：6 ○しゃもじ：1 ○おたま：1</p>
--	---

食材



①野菜の皮をむく



野菜の皮をむく。

②野菜を切る



にんじんは火が通りにくいため、うすく切る、小さく切るなど、切り方を工夫する。

③具材を切った様子



牛肉、たまねぎ
じゃがいも、にんじん

④カレーの水をはかる



切った野菜、牛肉を鍋に入れ、おたまで水を入れる。
班の人数分に加えて1杯余分に入れる。
(蒸発分)

⑤かまどに運ぶ



鍋をしっかり持って、かまどまで運ぶ。
※ごはんが炊けてから運ぶこと！

⑥火にかけて煮る



にんじんがやわらかくなるまで火にかけて、煮込む。

⑦カレー粉を入れる→まぜる



にんじんがやわらかくになったら、鍋を火からずらし、カレー粉を入れる。
とろみがつき、1～2分程再び火にかけたら出来上がり。

⑧テーブルに運ぶ



鍋をかまどから下ろし、取手をしっかり持ちテーブルに運ぶ。

※鍋を移動する時は、
「鍋の通のまかき」に
まわりの注意の声をかけよう。

⑨テーブルに置く



テーブルの上に新聞紙をしき、その上に鍋を置く。

⑩盛りつけて完成



盛りつけて、出来上がり！