

調理実習についての感想

テーマ「一汁三菜」 （すまし汁、肉じゃが、ぶりの照り焼き、漬け物）

＜ぶりの照り焼き＞

- ・ばたばたして大変だったけど、みんなで作ってくれて楽しかった。
- ・ぶりの照り焼きをつくるのは初めてで不安だったが、無事にできた。家でもう1回チャレンジしたい。
- ・初めてフライパンを使って魚を調理したけど、焦げつかないか心配だった。班全体で協力してスムーズに作業が進んで、よい雰囲気の中で行うことができた。
- ・ぶりの照り焼きは初めてつくったが、意外と簡単だった。家でもつくってみたいと思った。出汁とりの方法を知ることができてよかった。
- ・みんなで準備して、協力しながら調理した。大変だったけど、うまくできてよかった。
- ・少し手間取ってしまったが、結果的にはよかった。料理に興味をもった。
- ・たれをつくるのが大変だった。料理をつくる大変さを知った。
- ・あんなに簡単にぶりの照り焼きができるとは思わなかった。醤油、みりん、砂糖の調合で、あんな旨い味になったのが感動した。
- ・ぶりを焼くときに焦げないように気をつけた。味もしっかりしていて、本当においしかった。

＜肉じゃが＞

- ・人参をらん切りに切るのが大変だった。肉じゃがをつくるのは初めてだったが、作りがいがあって楽しかった。
- ・最初はむずかしいと思ったが、つくってみると楽しくて、思ったよりもかんたんで、また、おいしかった。これなら家でも一人でつくることができる。
- ・みんなとたのしく協力しながら調理できたので、とてもよい思い出ができた。すごく楽しかった。
- ・人参を切ったり、じゃがいもをむいたりしながら、完成が楽しみだった。
- ・やったことのないことが多くて大変だった。ピューラーも初めて使ったので苦労した。皿洗いもがんばった。
- ・みんなで作ったので簡単に感じたが、一人でつくるとしたら、けっこう大変だと思う。機会があったらまたつくてみたい。
- ・ジャガイモに味がしみこんでいておいしかった。しらたきを入れるタイミングを間違えてしまったが、肉もかたくならず、できあがりがとてもよかった。みんなが協力して取り組んだので、とてもはやくできあがった気がする。
- ・肉じゃがを煮るときに、火が強くて、少し汁が少なくなってしまった。でも全体的にう

まくできたからよかった。

- ・大変だったけど、みんな協力して取り組んだので、スムーズだった。
- ・初めてつくった。5人でてんやわんやだったので、1人でつくるとなると、とても大変だろうと思った。今度、チャレンジしてみようと思う。
- ・あくとりが大変だった。食器の並べ方でこんがらがった。
- ・みんなで分担して料理したので、楽しかった。おいしかったし、見た目もよかった。これから活かそうと思った。
- ・みんなで協力してつくることができた。人参を切るのがむずかしかった。タマネギで目をやられた。焦げないように気をつけ、味付けもうまくできた。
- ・初めてがたくさんだった。つくれるか不安だったが予想以上にうまくできてよかった。いろいろと参考になった。これから料理ができるようにしたい。
- ・初めてつくった。料理自体あまりしないので、今日の実習で肉じゃがを学んだので、家でもつくりたい。

<すまし汁>

- ・すまし汁は、いままで豆腐を入れていたが、はんぺんもありだと感じた。一人で作業をこなせたのは達成感が生まれた。
- ・すまし汁を飲んだことは初めてだった。よかったと思う。
- ・かつおだし汁をとって、すまし汁をつくった。風味もよく、とてもよかった。家でもやってみたい。
- ・だしをとったのは初めてだったので、とてもよい経験となった。みんなで協力してつくったので、はやくつくることができた。たのしくてよかった。

<全体>

- ・献立は、バランスがとれていて、いいと思った。楽しくできてよかった。
- ・一汁三菜を食べることにより、とてもお腹がいっぱいになった。量がとても多かった。
- ・一汁三菜について、詳しく学ぶことができた。だしをこすのが大変だった。うまくできたと思う。よい経験ができた。
- ・ぶりの照り焼き、肉じゃがとも、とてもおいしかった。一汁三菜になっていて、しっかりした献立となっていた。
- ・どれも食べておいしかった。ぶりも牛肉も味がしみこんでいた。すまし汁もかつおのだしがきいていてよかった。一汁三菜は大切なことだと思った。また、家でもつくりたいと思った。
- ・バランスがよくて、和食はおいしかった。副菜などの並べ替えだけで、見栄えがぜんぜん違うことがわかった。また、かつおだしを使って調理してみたい。

- ・初めて肉じゃがをつくったのに、とてもおいしかった。ごはん、肉じゃがとも、おかわりした。ぶりも中まで味がしみていて、ぶりは苦手だが、初めておいしいと感じた。記憶に残る思い出になった。
- ・無事完成して、一汁三菜を学ぶことができた。複雑でむずかしかった。
- ・健康的なメニューだと思った。めったに和食を食べないので、いいなあと思った。
- ・グリンピースが堅かったけど、ぶりが本当においしかった。肉じゃがも、店で食べるのとかかわらないくらいおいしかった。
- ・どれもおいしかった。出汁からとったお吸い物を初めて飲んだけど、かつおの風味がとてもよかった。全部食べて、おなかがいっぱいになった。バランスもいいので、これを見習って、家でも実行してみようと思う。
- ・一汁三菜とはやったことがなかったから、とても勉強になった。だし汁をとるのも初めてだったので、今度、家でも挑戦してみようと思う。
- ・一汁三菜、これを毎日つくるのは大変だと思う。かつおぶしで、あんなにきちんとした味がでるなんて驚いた。ぶりを2切れ食べれて幸せだった。
- ・料理するのがすごく大変で、時間もかかったが、おいしくできたのでよかった。
- ・肉じゃが、ぶりがとてもおいしかった。調理実習は楽しい。一汁三菜は身体によい。だしの取り方がわかった。だしの影響力はすごい。
- ・かつおだしにより、すまし汁がすごくおいしくなった。風味もあったので、さらにおいしく感じた。バランスのよい食事というのは、こんな感じなんだなあと思った。
- ・グリンピースはかたかったけど、肉じゃがの全体的な味はとてもおいしかった。ぶりもとてもおいしかった。出汁の味がすごかった。
- ・栄養をとれると感じた。
- ・栄養バランスがしっかりしていて、栄養が豊富にとれると思った。このレシピで妹につくってあげたいと思った。
- ・量がたくさんあった。健康にはとてもよさそうだ。
- ・魚や野菜など、身体によい食べ物ばかりでよいと思う。とても力がついたと思う。ぶりの照り焼きは、味がしみこんでいて、本当においしかった。
- ・バランスがいいメニューだと思った。ぶりの照り焼きは初めて食べたが、おいしかった。ボリュームがあるので、夜ご飯にちょうどいいと思う。みんなでわいわい食べておいしかった。
- ・いままでの調理実習で、こんなにたくさんのものをつくったことはなかったから、大変だったけど、やりがいがあった。お昼にこんなに食べたことがなかったから、すごくお腹がいっぱいだった。
- ・肉じゃが、ぶり、すまし汁とも大好きなので、この献立をつくり、食べることができたのでよかった。次は洋食にチャレンジする。家でつくりたい。