

調理

お好み焼きづくり

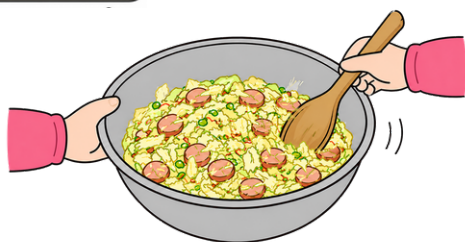
🕒 所要時間 1 時間

支援のねらい

- ・ 切る、焼くなどの調理法を体験する
- ・ 食への興味、関心を高める

用意する物

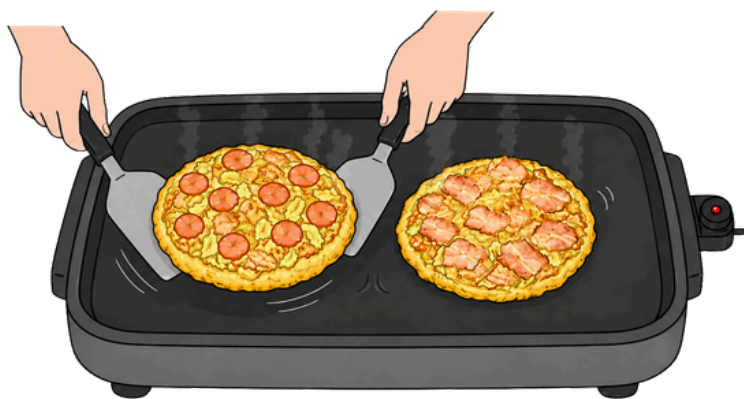
- ・ お好み焼き粉 ・ 天かす ・ 豚肉 ・ ソーセージ（魚肉） ・ 卵
- ・ カットキャベツ ・ ソース ・ マヨネーズ ・ かつお節
- ・ ボウル ・ 泡だて器 ・ ホットプレート
- ・ プラスチック製ナイフ ・ フライ返し（できれば2つ）



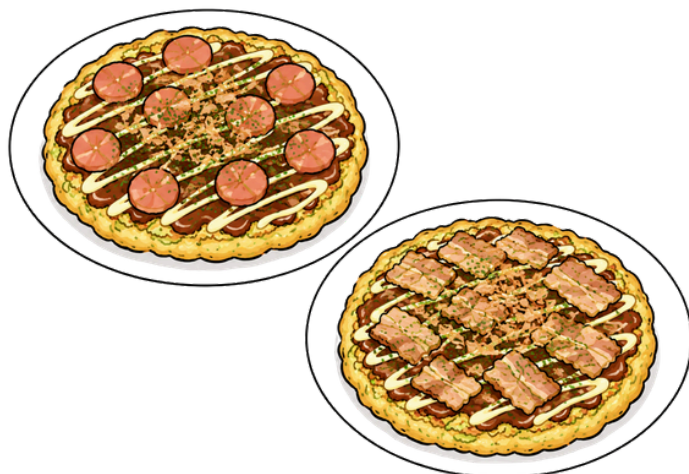
① ソーセージを一口大に切り、キャベツ、卵、天かす、小麦粉などの材料と混ぜ合わせます。



② 豚肉をホットプレートで炒めます。火が通ったら、キャベツ、卵、天かす、小麦粉などの材料に入れ、一緒に混ぜます。



③ 混ぜ合わせた具材をホットプレートで焼きます。



④ 焼き上がったお好み焼きをお皿に盛れば完成です。



注意点

- ・ ホットプレートにさわらないよう、児童から目を離さないようにし、やけどに気をつける。
- ・ アレルギーのある児童の確認をし材料に注意する。



実施のポイント

- ・ 魚肉ソーセージと豚肉の2種類作り、どちらかが食べられるようにします。
- ・ 形が崩れない程度まで焼けたら、児童にもひっくり返す作業を体験してもらいます。