

食

育

た

よ

り

令和3年5月19日(水)
岩手県立大船渡高等学校定時制
【第1号】



「カレーを食べて、コロナに負けるな!!」

第1回定時制夕食会、大成功!!



5月7日(金)、新型コロナウイルスの感染防止対策を講じて、第1回夕食会を実施しました。連休明けで準備期間は非常に少なかったのですが、生徒は班ごとに趣向を凝らして、カレー料理をつくりました。昨年度は2回目の夕食会が中止となり、生徒たちは非常に残念がっておりました。コロナ禍はまだ続くと思われませんが、知恵と創意工夫で食育を進めていきたいと思えます。



各班のメニューを紹介します

1年生班のメニュー

○バターチキンカレー

○オレオヨーグルト、苺ソース

工夫したところ・感想

- デザートの盛り付けがおしゃれになるように、苺ソースのかけ方や、オレオののせ方を工夫した。
- 初めての夕食会で緊張したが、おいしくつくることができた。玉ねぎを切るのが一番苦戦した。おいしかったので家でもつくってみたいと思った。



デザートの苺ソースも手作り!

1年生のバターチキンカレーは、初めてつくったとは思えないほどの出来映えて、とても美味しかったです。



1年生は担任の先生からアドバイスをいただきながら、協力してつくりました。



男のロマンが詰まった夢のようなメニュー!



牛丼の具担当!

2年生男子班のメニュー

○牛あいがけドライカレーうどん



うどん、またはご飯に牛丼の具とキーマカレーをあいがけする、夢のような組み合わせ!

○コーンスープ

工夫したところ・感想

- カレーは水の量を調整しながらつくったのでうまくできた。
- 周りの班の料理も上手にできていたので、負けていけないと思った。



一人静かに、コーンスープをつくる人。



キーマカレー担当!

2年生女子班のメニュー

○キーマカレーのうどんグラタン

○フルーツパフェ

工夫したところ ・ 感想

- 基準のメニューに加え、卵黄をのせるなどの工夫をした。
- 何回もレシピを見直したり、段取りをつかむのが難しく、少し時間がかかってしまったが、最終的にはきれいに出来て良かった。
- 具たくさんだと思っていたが、ちょうど良かった。



キーマカレーのうどんグラタン。
溶けたチーズが食欲をそそります。



味のアクセントに卵黄をトッピング。



カレーづくり担当。
手際の良い作業。



フルーツパフェはチョコシリアルとプレーンヨーグルトを層にして盛り付け、フルーツ(白桃)をトッピング！見た目も味もGOOD！



ワンプレートにターメリックライス、サラダ、チキンカレーを盛り付け、おしゃれて素敵!!

3年生はさすがの手際の良さ！これまでの経験を活かして、献立や盛り付けを工夫し、美しい出来映えになりました。

また、3年生が昨年、授業で栽培し収穫した枝豆の豆乳とおからのサラダをいただきました。豆本来の甘みとうまみがすばらしい一品でした。



3年生班のメニュー

○ワンプレートチキンカレー

○フルーチェ

工夫したところ ・ 感想

- 玉ねぎは細かく切り、手順を間違えないようにした。家で調理するのとは違い多少緊張したが、3年生最後のカレー作りは成功して良かった。

4年生班のメニュー

○カレーポトフ

○フルーツ寒天ミルク

工夫したところ ・ 感想

- 野菜を先に炒めて、煮崩れないようにした。野菜を入れることを考えて、スープの味を少し濃くした。食べやすさと歯ごたえを考えた野菜を切った。



カレーポトフは、野菜のうまみと甘みが溶け出した優しい味。盛り付けにはゆで卵を添えて、栄養価UP！



段取りよく作業を進めていく、4年生の手際の良さに恐れ入りました。担任は、フルーツ寒天ミルクを担当。出来映えは…内緒です。味はよかったです！(らしいよ)



大野は「鶏もも肉の唐揚げ」を担当。皆さんから、「おいしい！」とお褒めの言葉をいただき、唐揚げと主に、気持ちもあがりました(笑)。



生徒自らメニューを考え、つくり方を確認し、予算内で食材を購し、実際に調理する。そして、出来上がった料理を食べ、他の班の料理を見て試食する。この一連の流れから、生徒は食について、多くを学んでくれることと思います。



コロナ対策の「新しい生活様式」…。食事の際は、皆前方を向き、間隔をあけて、おしゃべりせずひたすら食べる、「黙食」を実行しました。