

お家で作ってみよう！！ カレーライス



1回目は家族と一緒に、慣れてきたら一人でやってみよう！

つく かた 作り方			
1	まな板、包丁、ボウル、片手鍋、おたま、さいばし、ピーラーを出し、水洗いする。タイマーも出す。		
2	玉ねぎの皮をむいて洗って、5ミリの幅の薄切りにして、ボウルに入れる。		
3	にんじんの皮をむいて洗って、いちちょう切りにして、ボウルに入れる。		
4	じゃがいもの皮をむいて洗って、一口の大きさに切って、ボウルに入れる。		
5	(肉を一口の大きさに切る)		
6	片手鍋に油を入れて材料を入れる。		
7	ガスをつけて中火にし、さいばしで炒める。		
8	肉の色が変わったら火を止め、水をひたひたまで入れてふたをする。		
9	ガスをつける。火は中火にする。		
10	タイマーを10分にセットする。		
11	道具を洗って拭いてしまう。		
12	さいばしでにんじんをさしてみる。煮えていたらガスを止める。		
13	カレー粉を3個入れて、よく混ぜる。		
14	皿を2枚、スプーンを2本出す。		
15	ごはんをカレーを盛りつける。		
16	食べない方にラップをかける。		
17	先生(おうちの人)に報告する。「できました。」		
18	食べる。「いただきます！」		
19	「ごちそうさまでした！」		
20	道具を洗って拭いてしまう。		
<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> ざいりょう 材料 (二人分) ・米一合 ・にんじん半分 ・豚肉600グラム ・じゃがいも2個 ・玉ねぎ半分 ・カレー粉 3カケ </td> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> どうぐ 道具 ・まな板 ・おたま ・しゃもじ ・皿2枚 ・包丁 ・さいばし ・タイマー、 ・スプーン2個 ・ボウル ・ピーラー ・片手鍋 </td> </tr> </table>		ざいりょう 材料 (二人分) ・米一合 ・にんじん半分 ・豚肉600グラム ・じゃがいも2個 ・玉ねぎ半分 ・カレー粉 3カケ	どうぐ 道具 ・まな板 ・おたま ・しゃもじ ・皿2枚 ・包丁 ・さいばし ・タイマー、 ・スプーン2個 ・ボウル ・ピーラー ・片手鍋
ざいりょう 材料 (二人分) ・米一合 ・にんじん半分 ・豚肉600グラム ・じゃがいも2個 ・玉ねぎ半分 ・カレー粉 3カケ	どうぐ 道具 ・まな板 ・おたま ・しゃもじ ・皿2枚 ・包丁 ・さいばし ・タイマー、 ・スプーン2個 ・ボウル ・ピーラー ・片手鍋		

※必ずお家の人がいるときに作りましょう

調理カード

作った日 月 日 ()

メニュー

材料（値段を書こう） 例 玉ねぎ 1個100円

感想

一番大変だったところは？

お家の人の感想