



調理コース2年生、初めての調理実習！



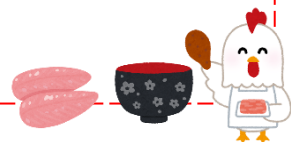
生活科学科では、2年生から調理・生活福祉・保育コースの3つに分かれます。それぞれの授業で、食物調理技術検定（以下、調理検定）や保育技術検定など、様々な検定の合格を目標に日々の授業や実習を頑張っています！

今回は、調理コース2年生が調理検定3級合格に向けて取り組んでいる、涼拌絲（リャンバンズー）と吉野どりの吸い物の調理実習の様子をお伝えします。



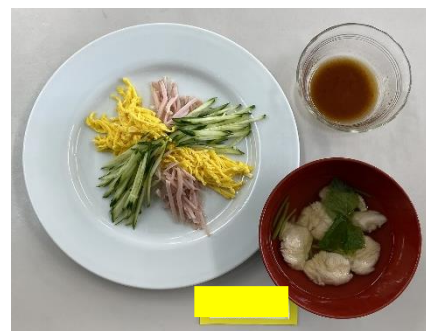
涼拌絲（リャンバンズー）とは、春雨の上に千切りにしたキュウリやハム、薄焼き卵がのった春雨のサラダのような中華料理です。

吉野どりの吸い物とは、鶏ささ身を使ったお吸い物です。



調理検定3級は2つの料理の全ての工程（調理から片付けまで）を40分以内に終わらせることを目標に行います。40分はあっという間のため、効率よく作業しなければなりません！

まずは材料となるキュウリやハム、鶏ささ身を切りながら、春雨をゆでてもとじていきます。



続いて、薄焼き卵をつくり、千切りにします。その後、盛り付けをし、たれをつくると涼拌絲の完成です。

そして、吉野どりの吸い物はそぎ切りにした鶏ささ身とみつばを入れ、その中にだし汁を入れると完成です。

最後は自分が調理した料理を試食しました！涼拌絲も吉野どりの吸い物もとてもおいしかったですね^^

今回の実習の反省を次に活かして、また次の実習でも頑張らしましょう！！

調理検定は、以前紹介した1級や今回紹介した3級以外にも、きゅうりの薄切りに挑戦する4級や、お弁当をつくる2級など、様々な内容があります！

調理検定に興味を持ったり、将来はレストランやカフェなどで働きたいと思っている中学生の皆さん！生活科学科と一緒に学びませんか？お待ちしております！

