課　題　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　**別添資料１**

あなたが食べているものは何でできている？

注意：糊ではがれやすい場合はセロハンテープでとめる。欄が不足する場合は裏面に貼る。

* 食品の表示（原材料名）を調べてみよう

（１）食品の表示（原材料名）を切り取って貼ろう。（３つ以上）

|  |  |
| --- | --- |
| 商　品　名 | 原材料名貼り付け欄 |
|  |

|  |  |
| --- | --- |
| 商　品　名 | 原材料名貼り付け欄 |
|  |

|  |  |
| --- | --- |
| 商　品　名 | 原材料名貼り付け欄 |
|  |

　（２）調べた原材料に使用されていた食品添加物の記載に，下線またはマーカーで色を塗ってみよう。

　（３）気付いたことをまとめよう（感想など）

清涼飲料水を飲み比べてみよう　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　**別添資料２**

　○甘さ，味，匂い，色の違いなどを比較してみよう

　　　　　清涼飲料水Ａ　　　　　　　　　清涼飲料水Ｂ　　　　　　　　　清涼飲料水Ｃ

メモ

メモ

メモ

あなたがおいしい（好み）と感じたのは（　　Ａ　・　Ｂ　・　Ｃ　）

理由：

グループの意見（記録者：　　　　　　　　　　　発表者：　　　　　　　　　　　）

清涼飲料水の商品名は・・・

Ａ（　　　　　　　　 　　）　　Ｂ（　　　　　　　　　 　）　　Ｃ( 　 )

* もう一度味わってみよう。何か違いはあったかな？

あなたがおいしい（好み）と感じたのは（ 　Ａ　・　Ｂ　・　Ｃ 　）

理由：

買うとしたらどれを買いたいですか　 （　 Ａ　・　Ｂ　・　Ｃ　 ）

理由：

グループの意見（記録者：　　　　　　　　　　　発表者：　　　　　　　　　　　）

授業を終えての感想

インスタントと手作りの味を比較してみよう　　　　　　　　　　　　　　　　**別添資料３**

○すまし汁Ａ（インスタントのすまし汁）を作ろう

|  |
| --- |
| 原材料名：調味顆粒（食塩，砂糖，鰹節粉，鰹エキス，醤油，ふ，海苔，しいたけ，ねぎ，調味料（アミノ酸等），カラメル色素，香料，酸化防止剤（ビタミンE），クエン酸＜材料＞（３人分）　　　　　　　　　　　　　　　　　　　インスタントのすまし汁（粉末）･･･３袋　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　水･･･････････････････････････････適宜＜作り方＞①湯を沸かす。②インスタントのすまし汁（粉末）をお椀に入れ，分量の湯を注ぐ。 |

* すまし汁Ｂ（折れ松葉のすまし汁）を作ろう

|  |
| --- |
| ＜材料＞（３人分）水･･･････････600ml削り節･･････６～12ｇ　　１番だし　　　　　　　　　　　　　　折れ松葉昆布････････10～20ｇ　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　塩････････････３ｇ（小さじ１/２）　　　　　　　　　　　　　　　　　　調味料しょうゆ････４～５ｇ（小さじ２/３）　かまぼこ･･･････６切れ三つ葉･･････････３ｇ　　＜作り方＞①昆布を分量の水に浸しておく。（30分以上）②①を火にかけ，沸騰直前で削り節を入れ，沸騰したら火を止める。削り節が沈んだらこして，１番だしとして使う。③かまぼこは折れ松葉に切り，三つ葉は３㎝くらいに切って（または茎をさっと茹でてから結んで）お椀に入れておく。④②の１番だしを煮立てて，塩としょうゆを加えて火を止め，お椀に注ぐ。 |

* 参考：「だしがら」から佃煮を作ろう

|  |
| --- |
| ＜材料・作り方＞だしをとった後の昆布を細切りにする。昆布と削り節を鍋に入れ，水，しょうゆ，砂糖，酒，みりん（「だしがら」の量に合わせて適量を加える）を火にかけ，水分がなくまるまで煮詰める。白ごまをふりかけて完成。 |

* 味，匂い，色の違いなどを比較してみよう

　　すまし汁Ａ　　　　　　　　　　　　　　　　　　すまし汁Ｂ

メモ

メモ

あなたがおいしい（好み）と感じたのは（　　Ａ　・　Ｂ　　）

理由：

食生活に取り入れていきたいと思うのは（　　Ａ　・　Ｂ　　）

理由：

* 班で話し合ってみよう

グループの意見（記録者：　　　　　　　　　　　発表者：　　　　　　　　　　　）

授業を終えての感想