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！

|  |  |
| --- | --- |
|  | り |
| １ | まな板、、ボウル、、おたま、さいばし、ピーラーをし、いする。　タイマーもす。 |
| ２ | ねぎのをむいて って、５㍉のりにして、ボウルにれる。 |
| ３ | にんじんのをむいて って、いちょうりにして、ボウルにれる。 |
| ４ | じゃがいものをむいて って、のきさにって、ボウルにれる。 |
| ５ | （をのきさにる） |
| ６ | にをれて をれる。 |
| ７ | ガスをつけてにし、さいばしで める。 |
| ８ | のがわったら　をめ、をひたひたまでれて ふたをする。 |
| ９ | ガスをつける。はにする。 |
| 10 | タイマーを １０にセットする。 |
| 11 | をって いて しまう。 |
| 12 | さいばしでにんじんをさしてみる。えていたらガスをめる。 |
| 13 | カレーを３れて、よくぜる。 |
| 14 | を２、スプーンを２す。 |
| 15 | ごはんと カレーを りつける。 |
| 16 | べないに ラップをかける。 |
| 17 | （おうちの）に する。「できました。」 |
| 18 | べる。　「いただきます！」 |
| 19 | 「ごちそうさまでした！」 |
| 20 | をって いて しまう。 |
| （二人分）・　　　　・じゃがいも２　・にんじん　・玉ねぎ　・６００㌘　・カレー　３カケ | ・まな　・　・ボウル　・・おたま　・さいばし　・ピーラー・しゃもじ　・タイマー、・２枚　・スプーン２　・ラップ |

※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 |