

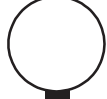
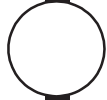
# じゃがいもをゆでると、どうなるのだろう

年 組 番 名前

学習のめあて じゃがいもをゆでたときの変化を確かめよう。

<手順>

スタート



ゴール

【食材】を準備・確認しよう

- じゃがいも
- しお                      こしょう

\*チェックしながらすすめよう！

①  土などをたわしなどで、よくこすって洗い落とす。

②  じゃがいもの芽を、包丁の刃元でえぐって取りのぞく。  
※じゃがいもの芽や緑色になった部分には、体に害のある成分があるので全て取り除く。

- ③  まな板をぬらし、ふきんでふく。
- ④  大きさを、そろえて切る。
- ⑤  切ったじゃがいもを、なべに入れる。

⑥  じゃがいもが、かぶるくらいに水を入れて、ふたをする。

⑦  こんろにかけて、強火にしてふっとうさせる。

⑧  ふっとうしたら、火を弱火にする。

⑨  竹ぐしが通るようになったら、火をとめる。

⑩  ボウル・ざるを準備し、じゃがいもを取り出す。

⑪  冷めてから、じゃがいもの皮をむく。

⑫  皿に盛りつけ、しお・こしょうで味付けする。

【用具】を準備・確認しよう

- ボウル     包丁             盛りつけ皿
- なべ         まな板         はし
- 菜ばし     竹ぐし         穴じゃくし
- たわしなど (いも洗い用)



ちがいを確かめよう。

	青 菜	じゃがいも
ゆでかた		
ゆでた後の見た目		
ゆでた後のかたさ		

じゃがいものゆで方で大事なことをまとめよう

やってみよう

家で、ゆでたじゃがいもを使った料理をつくってみよう。