

【1】タイトル

# 丸鶏のローストチキン

【2】完成写真(盛り付け図)



【3】イチオシの江別産食材



江別産のブロッコリー  
江別はブロッコリーの生産量  
が道内1位で年間3300トン  
とれている。

【4】PRポイント・おすすめの一品

少しこげてしまいましたがい作るのは  
意外に簡単で品めるには時間が  
かかりますが料理としては初心者でも作  
れるところがPRポイント。

【5】家庭からのコメント

普段あまり料理をさせていないので、野菜のカット  
すらできずしていました。工程には入っていませんが、  
焼き台の準備、炭起こし等もあり、アウトドア料理  
として楽しめたかと思います。  
炭(火)加減が少し難しかったようです。

【6】あなたのフードロス探し

食べ終わった後の骨を使ってスープをし  
りラーメンを食べました。  
食べ残したものはシチューにしました。

【7】反省・感想など

こげてしまったのは悲しかったですけど、とてもおいしかったですし、お母さんにも大好評だったので  
うれしかったです。野菜がなかなか切れずかたかったので、きれいに切れるようになりたいです。

大森 中学校 1 年 3 組 12 番

フリガナ

エモリ ユウア

氏名

小森 夕希



# 夏休みの課題 調理に挑戦～家族のために作ってあげよう～

①メニュー(お弁当の中身または料理名)

丸鶏のローストチキン

②材料(3)人分

江別産の食材・加工品には○をつけ、食材の特徴や、江別とのかかわりについても調べて書き出しましょう。

| 材料               | 江別産 | 入手場所            | 食材の特徴、江別とのかかわりなど                                                           |
|------------------|-----|-----------------|----------------------------------------------------------------------------|
| じゃがいも<br>(きたあかり) | ○   | のほろ<br>野菜直売所    | 土佐道で主に作られていて、江別でも作られて<br>いる。カロテンやビタミンがほかのじゃがいもより多い体<br>にとてもいい。生産者 榎澤 吉郎 さん |
| 人参               | ○   | のほろ<br>野菜直売所    | 人参にもカロテンがタタ目によからり、体を保護せ<br>る効果なども期待できる<br>生産者は 尾野 富美子 さん                   |
| 玉ねぎ              | ○   | のほろ<br>野菜直売所    | 玉ねぎは 血をさらさらにしてくれたりアンチエイジング<br>効果も高く、若々しく生ける<br>生産者は 長崎 英雄 さん               |
| ブロッコリー           | ○   | フードDで<br>購入したもの | 江別は、ブロッコリーの生産量は道内1位。                                                       |
| 鶏肉               |     | コストコで<br>購入したもの | 江別にはあまりがかりがありませんが安心、<br>安全な国産                                              |
|                  |     |                 |                                                                            |
|                  |     |                 |                                                                            |
|                  |     |                 |                                                                            |
|                  |     |                 |                                                                            |
|                  |     |                 |                                                                            |
|                  |     |                 |                                                                            |
|                  |     |                 |                                                                            |

③テーマ

誰に作りますか？どんな思いで作りましたか？

いつも仕事に行っているお母に食べてほしいという思いで作りました。

|      |         |
|------|---------|
| フリガナ | コ モリ ユウ |
| 氏名   | 小森 ユウ   |



#### ④作り方

わかりやすく絵や写真などを加えながら説明してください。(複数枚でもOK)。



①生の鶏肉に塩とニンニクを塗る

②ラップをして冷蔵庫で一晩寝かせる



③人参、ジャガイモ、玉ねぎ、ブロッコリーを  
少し大きめに切る。

④切った野菜を鶏のお腹の中に詰め込む



⑤ダッジオーブンに底網をしき、アルミホイルをしく

⑥鶏肉を置き、周りに野菜を置



⑦ダッジオーブンの蓋をして、炭で温める。  
蓋の上にも炭を置く。炭は上と下で7:3の割合  
で置く。

⑧1時間20分ほど、そのまま温続ける。

⑨炭を取り除き、20分ほどそのまま余熱で温める

完成

最後の用紙にタイトル・完成写真・感想など、だれが見てもわかりやすいようにまとめよう！！

| フリガナ | コネリ | コウフ |
|------|-----|-----|
| 氏名   | 小森  | タチ  |