

【1】タイトル

江別のこだわり弁当

【2】完成写真(盛り付け図)



【3】イチオシの江別産食材

菜の花のさとのかたかり卵



ヒヨコのころから健康系食事にこだわった自家産の食料を食べて育った江別の産物

【4】PRポイント・おすすめの一品

地産地消のこだわりで全ての食材を江別産でそろえた。
・兄弟の事を考え見た目やいづれを意識しウインターやキャリーのかきりセリをした。

【5】家庭からのコメント

弟から「#好きなバーコンやウインターが」
たくさん入っていてうれしかった
#未から「手作りパンが」おいしかった
父母から「兄弟に作ってもらって良
かった

【6】反省・感想など

直売所などいろいろなお店にたくさんの
江別産食材が売っている事を
しました。
またおべんとを兄弟が「おいしくい
言ってくれてうれしかったです

江陽 中学校 1 年 C 組 9 番

フリガナ

せきき ひかる

氏名

佐伯 光琉

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(お弁当名)

・バーコソとじゃが"いもの塩バター焼き
・サントイッチ ・ミニトマト ・たこさウインナー
・フロッコリー ・卵焼き ・きゅうりがざりセリ

②材料()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
バーコソ	○	トノデンファーム	トノデンオリジナルの漬け込み液に浸し、直下式製法でくん火・乾燥火で仕上げ、肉の旨みを引き出した一品
ウインナー	○	トノデンファーム	荒く挽いた原料肉を「フック・ケーシング」に詰めて作り上げた一品
バター	○	町村農場	町村農場でもっとも伝統ある製品です
牛乳	○	い	豊かなコクと風味が特徴のあっさりスッキリした飲み口
強力粉	○	トック	人気は「はるちゃん」をベースにした強力粉
はるちゃんのかき割り卵	○	農産物直売所	平食用にて育てた健康な「はるちゃん」産のかき割り卵
はるちゃんのかき割りキャップ	○	エベツ百貨店	完熟調理トマト「サンマルツァー」使用。江別産野菜と組み合わせる「はるちゃん」
フロッコリー	○	ホクレー	(株)光栄 楽里の朝採りフロッコリー
ラス"ベリー"ジャム	○	おはなちゃんの家でとれたラス"ベリー"	おはなちゃん手作りのジャム
きゅうり	○	おはなちゃんの家でとれたきゅうり	カリウムやビタミンC、食物繊維などが含まれている
じゃが"いも"	○	家庭菜園	デンプン・ビタミンC、カリウム、食物繊維などが豊富で栄養持ちが強い

③テーマ

誰に作りますか？どんな思いで作りましたか？

仕事で忙しいお母さんとお父さんのかわりに兄弟においしいお弁当を作ってもらいたいと思ったから。

フリガナ	ミズキ	ひかる
氏名	伊佐伯	光王

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)

ベーコンとじゃがいもの土鍋バター焼き

- ①ベーコンとじゃがいもを同じ大きさに切る
- ②フライパンにバターを入れ、ベーコンとじゃがいもを焼く
- ③じゃがいもに火が通った土鍋こしょうを入れ味をととのえる。

サードイッチ

- ①弓削カネ分、バター、土鍋、ベーキングパウダー、水をまぜて生地を作る
- ②発酵させた生地の形を整えてオーブンで焼く
- ③焼き上がったパンを冷ます
- ④パンに切れ目を入れシヤムをぬる

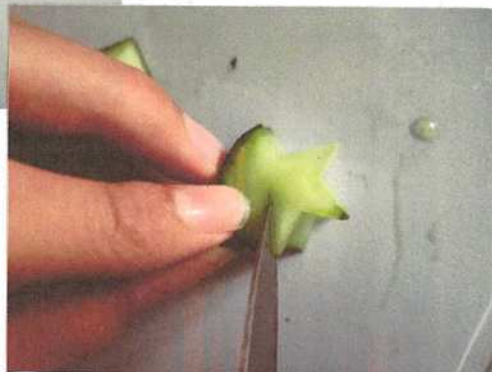
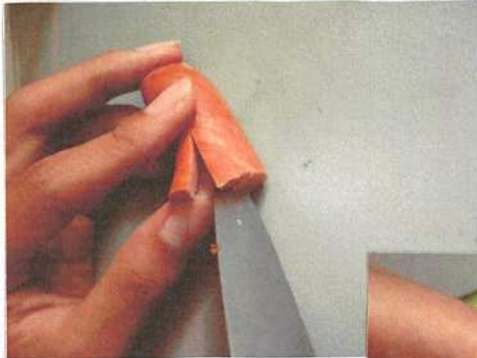


卵焼き

- ①卵を混ぜて牛乳を入れる
- ②フライパンにバターを入れて焼く
- ③形を整える

タコセトウイナー

- ①ウイナーを半分に切り、下の写真のように中側がでる
- ②フライパンで足が開くように焼く
- ③タコの目になるようにのりをつける



ブロッコリー

- ①お湯を沸かしてゆでる
- ②ザルにあげて水をきる
- キラリかきりて切り
- ①星の形に切る

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	さふき ひかる
氏名	佐伯 光太郎