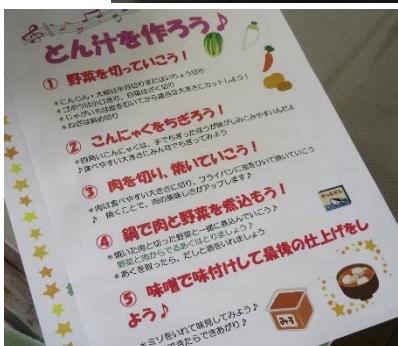


とん汁を作ろう♪

12月2日(火)に東松島市立大曲小学校3年生児童50名がとん汁作りに挑戦しました。

ゲストティーチャーはJAいしのまき女性部矢本地区のみなさんです。材料には、東松島市産の「白菜、ねぎ、人参、じゃがいも、手作り味噌」を使っています。子どもたちの様子をお届けします。

ごあいさつ

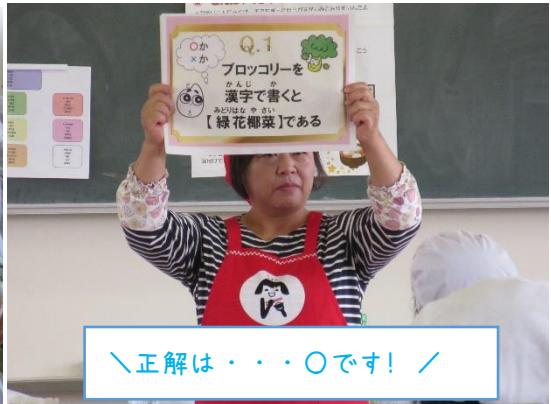


とん汁は、野菜もたっぷり、たんぱく源もとれる、ひと鍋で栄養満点な料理☺
とん汁が作れるようになることは、健康な食生活の実践の一歩!!



阿部部長さんから野菜クイズ!!

「ブロッコリーを漢字で書くと【緑花椰菜】である○か×か？」



作っていきます

～①野菜を切っていこう！～



- *にんじん・大根は半月切り
またはいちょう切り
- *ゴボウはささがき
または小口きり
- *白菜はざく切り
- *じゃがいもは皮をむいて
から適当な大きさにカット
- *ねぎは斜め切り



～②こんにゃくをちぎろう～ → ～③肉を切り焼いていこう～



手でちぎると
味がしみこみやすい！

焼くことで、肉の
おいしさがアップ！



～④鍋で肉と野菜を煮込もう！～



焼いた肉と切った野菜と一緒に煮込んでいきます
野菜と肉からでる「アク」はとりましょう
アクを取ったらダシと酒を入れましょう



～⑤味噌で味付けして最後の仕上げをしよう～



味噌を入れて味見してみよう
味付け出来たらできあがり

塩 eco 給食のような
薄味に仕上がりました



\みんな塩 eco が実践できていってすごいね！/

☆完成☆



どの班もおいしそう
に仕上がりました!!





おにぎりは各自持参しました
みんなの中身はなにかな~?



いただきます

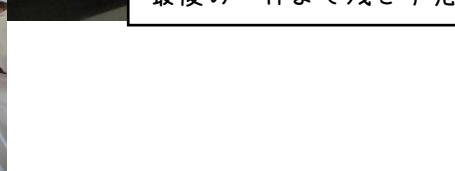
＼当たりの大きい大根入ってたよ／



＼早く食べたいね～／
＼おなかすいたね～／



最後の一杯まで残さず完食!!



校長先生登場!!
完成を報告しました



「包丁は危ないけど楽しく作れたよ」「こんなにやくをちぎるのがおもしろかった~」「家でも作れそう」といった感想が児童たちから聞かれました。児童のほとんどが包丁を使ったことがあり、お家でお手伝いをしている子も多くみられました。みんなもりもり食べていました😊

地元の恵みに感謝!! ごちそうさまでした