

教材教具および題材	学部	授業名（主たる教科領域）	執筆者
魚食（イワシの蒲焼き丼、吸い物）	高養	調理 3年 (家政)	須波美奈子

<ねらい>

- 食物にかかわる多くの人々や自然の恵みに感謝する
- 日本の「魚食文化」を学習し、自分で調理をして楽しく食べる

<内容（作成方法・使用方法・工夫点など）>

- 手順①米を研いで、ご飯を炊く
- ②薄焼き卵を焼き、細切りにする
 - ③大葉をせん切りにする
 - ④出刃包丁でイワシの頭を落とし、手開きにする
 - ⑤片栗粉をまぶし、フライパンで両面を焼く
 - ⑥蒲焼きのたれを煮立たせ、⑤を入れ、たれをからませる
 - ⑦どんぶりにご飯を盛り、錦糸卵をひろげ、イワシの蒲焼きをのせる
 - ⑧好みで大葉を飾る
 - ⑨昆布とかつお節でだしを取り、塩と醤油で調味する
 - ⑩しめじと麩を入れ、お吸い物を作る



<良かった点・改善点（児童生徒の反応を含め）>

栄養教諭の白井先生にイワシの手開きの方法を指導していただき、実際に自分で手開きにしました。頭を落としてうろこや骨を取り除いたり、内蔵を取り出したりした時には驚きの声があがりました。初めてイワシを食べる生徒や魚嫌いの生徒も全員きれいに完食しました。イワシの手開きは師範台のみで作業することによって一人一人、ていねいに指導することができました。また生魚とその他材料を切るまな板と包丁の分別を徹底することができました。

<その他（材料、費用、購入先等）>

米、卵、大葉、しめじ、麩 86円/一人分（イワシは奈良県魚食普及協議会より寄贈）

