

カレーライス

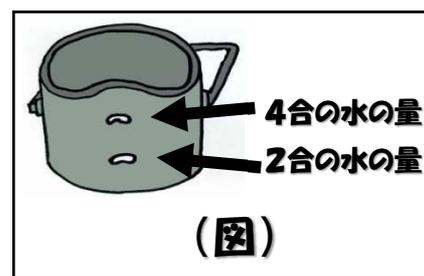


カレーの作り方

- ①野菜を食べやすい大きさに切ろう!
※大きく切ると火が通らないよ。5mm くらいの薄さに切ろう!
※お肉は切ってあるよ
- ②野菜とお肉を鍋に入れ、水を入れよう
(水は野菜や肉の頭が隠れるくらい)
- ③野菜がやわらかくなるまで加熱しよう
- ④やわらかくなったら、カレー粉を加えよう
※味が濃かったら水を入れて味を調節しよう

ご飯の炊き方

- ①お米を計量カップで量り、飯ごうに入れよう!
銀カップすりきり一杯が1合だよ
(透明な計量カップの場合は1合の目盛りが1合だよ)
- ②お水で2~3回とごう!
※あまりとぎすぎちゃうとお米が割れちゃうよ
- ③お水を入れよう!(右図)



- ④飯ごうをかまどに置いてから火を付けよう(弱火)
※しばらくしたら中火
- ⑤ふっとうすると、蒸気が出てくるよ!
ふたの上を細い棒で押さえるとコトコト振動が伝わるはずだよ!
- ⑥蒸気がおさまって振動がなくなったら中を確認しよう!(弱火)
※蒸気の様子かわからない時は中を確認しよう
- ⑦ふたをあけてご飯を食べてみて固くなかったら完成だよ

