

じゃがいものゆで方!!

※根菜類やいも類は、水からゆでる！

1. 洗う

- ・(①)などを洗い落とす。

2. 切る

- ・皮をむく。
(包丁のあつかいになれていなかったら、皮をむかなくてよい。)
- ・(②)を包丁の刃元でえぐり取る。
- ・大きさをそろえて切る。
- ・切ったじゃがいもは、変色しないように(③)につけておく。
→水をきる。

3. ゆでる

- ・なべにじゃがいもを入れ、いもがかぶるくらいの水を入れる。
- ・火にかける。【強火】
- ・ふっとうしたら火を弱める。
(めやすは、ふっとうが続くくらいの火加減にする。)
- ・竹ぐしが通るようになったらゆであがり。
- ・火を止め、ざるに移す。

※皮をむかずにゆでた場合は、やけどに気を付けて手で皮をむく。

4. 味付け・盛り付け

- ・ゆでたじゃがいもで、「こふきいも」をつくる！
 - ①なべに、いもを入れる。
 - ②塩・こしょうを入れる。
 - ③じゃがいもを転がすようになべを回す。
 - ④盛り付ける。

☆ ゆでたじゃがいもを使った料理には、どのようなものがあるだろうか？

じゃがいものゆで方!!

※根菜類やいも類は、水からゆでる！

1. 洗う

- ・(① 土)などを洗い落とす。

2. 切る

- ・皮をむく。
(包丁のあつかいになれていなかったら、皮をむかなくてよい。)
- ・(② 芽)を包丁の刃元でえぐり取る。
- ・大きさをそろえて切る。
- ・切ったじゃがいもは、変色しないように(③ 水)につけておく。
→水をきる。

3. ゆでる

- ・なべにじゃがいもを入れ、いもがかぶるくらいの水を入れる。
- ・火にかける。【強火】
- ・ふっとうしたら火を弱める。
(めやすは、ふっとうが続くくらいの火加減にする。)
- ・竹ぐしが通るようになったらゆであがり。
- ・火を止め、ざるに移す。

※皮をむかずにゆでた場合は、やけどに気を付けて手で皮をむく。

4. 味付け・盛り付け

- ・ゆでたじゃがいもで、「こふきいも」をつくる！
 - ①なべに、いもを入れる。
 - ②塩・こしょうを入れる。
 - ③じゃがいもを転がすようになべを回す。
 - ④盛り付ける。

☆ ゆでたじゃがいもを使った料理には、どのようなものがあるだろうか？

例 ポテトサラダ コロッケ

