

平成25年度 見附市家庭科部 活動報告

部長 佐藤 正子

1 研究主題

日本の主食である米の粉を使った調理を行い、教材化について試みる。

2 研究の概要

- 日 時 平成25年8月21日(水) 9:00~11:45
- 会 場 見附市立見附小学校
- 実技研修 米粉を使った料理に挑戦
- 講 師 見附市栄養士 山谷久子様

米粉を用い、4品の調理実習を行った。

3 研究の実際

(1) 4品の献立化

- ・米粉餃子
- ・具だくさん汁
- ・米粉シフォンケーキ
- ・米粉ピザ

(2) 4品の調理

グループ員の全員が調理過程を理解できる分担の工夫を行った。

4 成果と課題

- 米粉を使って餃子の皮や、ピザの生地を作った。ピザ生地は思ったより簡単にでき、子どもたちと一緒に調理することが可能だと感じた。
- 米粉を使うと、小麦粉のものとひと味違う食感になり、楽しむことができる。米のよさを見直すことができ、教材として使える。

