

なまえ _____

ちょうりほうほう
いろいろな 調理方法を しらべよう！

やく ざいりょう ちよくせつ ねっ
焼く・・・材料を直接、熱する

「焼く」 ちょうりほうほう 調理方法をつかった りょうりの なまえを かいて 書いてみよう！

いためる た おお きり あぶら
炒める・・・食べやすい大きさに切り、油を使って焼く

「炒める」 ちょうりほうほう 調理方法をつかった りょうりの なまえを かいて 書いてみよう！

にる ざいりょう みず い ねっする
煮る・・・材料を水を入れて熱する

「煮る」 ちょうりほうほう 調理方法をつかった りょうりの なまえを かいて 書いてみよう！

あ げ る ざ い り よ う あ つ い あ ぶ ら な か ち ょ う り
揚 げ る …… 材 料 を 熱 い 油 の 中 で 調 理

「揚げる」 ちょうりほうほう 調理方法をつかった りょうりの なまえを かいて 書いてみよう！

ゆ で る た ん じ か ん あ じ み ず な か
茹 で る …… 短 時 間 で 味 つ け せ ず 水 (お 湯) の 中 で 加 熱 す る

「茹でる」 ちょうりほうほう 調理方法をつかった りょうりの なまえを かいて 書いてみよう！

じ ぶ ん す き
☆ 自 分 が い ち ば ん 好 き な り ょ う り を か い て み よ う ☆

りょうりめい
料 理 名 :

ちょうりほうほう
調 理 方 法 :

え
絵 を か こ う ♪