

カレー【調理係】

指導者貸し出しセット

- ①重曹スプレー(班数)
- ②除菌スプレー(学級数)
- ③金ザル(班数)
- ④ゴミ袋(2枚)
- ⑤マッチ(学級数)

※活動の始めに担当者の方にお渡しします。



調理③

- ①ご飯が炊けたら、鍋をかまどへ持っていく。
- ②火にかける前にすす落しのため必ず鍋の側面と底面にスポンジで洗剤を塗る。

注) 鍋を運ぶときは、傾けないように気を付ける。

注) 洗剤、スポンジと一緒に、おたま、ポウル、カレー食器等も持参する。



調理⑥

- ①煮汁の量を確認する。

※具材が煮汁から、少し出ている程度。多い場合は、煮汁を減らす。(おたま、ポウル使用)

- ②カレールーが入った袋の4分の3程度のルーを鍋に入れ全体に溶けるようによく混ぜる。(シリコンべら使用)

- ③残りのルーを少しずつ鍋に入れ好みの濃さに調節する。



調理①

- ①調理器具を洗う。
- ②包丁とまな板に除菌スプレーをかける。
- ③野菜の皮をむき、切る。
- ④切った食材から鍋の中に入れていく。

★なるべく食材ごとに、大きさを統一する

大きさのポイント

- じゃがいも … 小さめ
- 人参 … 薄め



調理④

〈かまど係と連携〉

煮え具合を確認する。

〈確認1〉

- 蓋の隙間から湯気が出ている。
- 玉ねぎが透明になった。

↓

〈確認2〉

- 人参、じゃがいもを鍋の蓋にのせおたまで割ったり食べたりして、火の通りを確認する。

注) ルウはまだ入れない。



調理②

- ①食材が浸る程度の水を入れ蓋をしておく。
- ②使わない用具から片づける。

注) ルウはまだ入れない。



調理⑤

〈かまど係と連携〉

- ①冷蔵庫の肉を取りに行き、切らずに鍋に投入する。

※鍋に残っている水が少なく、食材が浸かっていない場合は、食材が浸かる程度まで水を追加し、沸騰させる。

- ②3分ほど煮込み、肉が煮えたら鍋を自分の班のテーブルに運ぶ。



調理⑦ 配膳と片づけ

～配膳後の片付け～

- ①余った煮汁は捨てる。
- ②ご飯とカレーを配膳し、できあがったところから会食。(福神漬けとデザートを忘れないように)
- ③配膳が終わったカレー鍋は、食事の前に水を張っておく。
- ④飯ごうや、しゃもじも同様に食事の前に水を張っておく。
- ⑤生ゴミは排水に流れないように、金ザルを受け皿にする。
※食事が終わった班から用具の片づけをする。

～食器点検のポイント～

- ①貸し出しの数をきちんとそろえる。
- ②用具の水分をしっかり拭きあげる。
- ③鍋の内側の油汚れ、外側のスス汚れがちゃんと落ちているかチェックする。
※冬季はやかんを使用し、かまどの残り火でお湯を沸かす。→洗い物で使用。
- ④スポンジに洗剤が残らないようにきちんとすすぐ。
- ⑤班員全員で指導者の点検を受け、そのあとセンター職員の点検を受ける。

調理⑧ 指導者返却注意事項

- ①指導者貸し出しセットも、数を揃えて職員に返却する。
- ②生ゴミ・その他のゴミは、ゴミ箱から出し、本館裏のグレーのゴミ収集箱に入れる。

※食材提供時に貸し出している用具(緑カゴ、タッパー、トレー等)は、食材提供場所に返却する。