

# コーンスープの作り方



①玉ねぎをみじん切りにする。両手なべに油を入れて、玉ねぎがしんなりするまで弱火で炒める。  
※こがさないように注意！



④塩・こしょうで味を調える。  
※必ず味見をしましょう。



②玉ねぎがしんなりしたら、①の鍋に牛乳 500ml と固形スープの素を入れ弱火であたためる。

⑤皿に盛りつける。

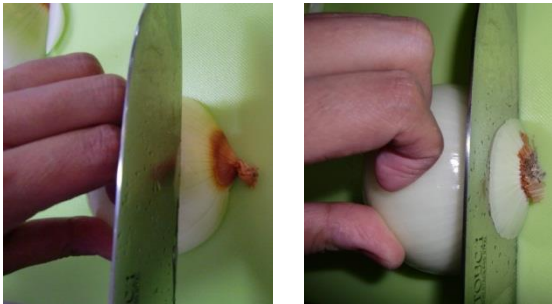


③スープの素がとけたら、コーンの缶詰めを入れて中火にし、よくまぜる。  
※ふっとうさせないように注意！

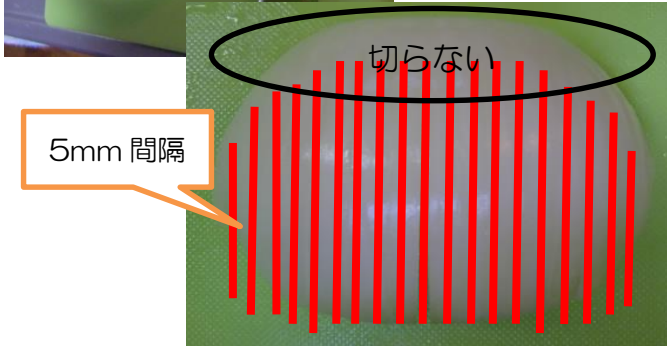
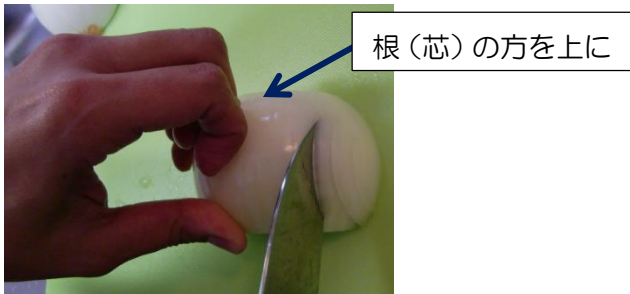
# 玉ねぎのみじん切りの方法



①玉ねぎの皮をむき、半分に切る。



②玉ねぎの芽と根の部分を切り落とす。



③根(芯)の方を上置き、5mmの間隔で切込みを入れていく。

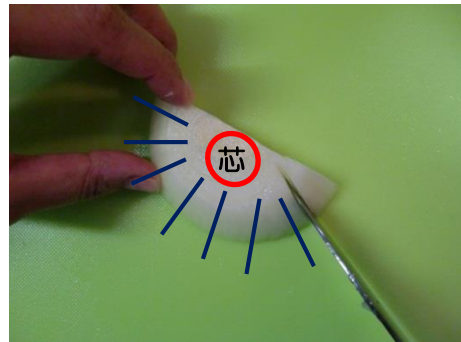


④側面に2か所切込みを入れる。

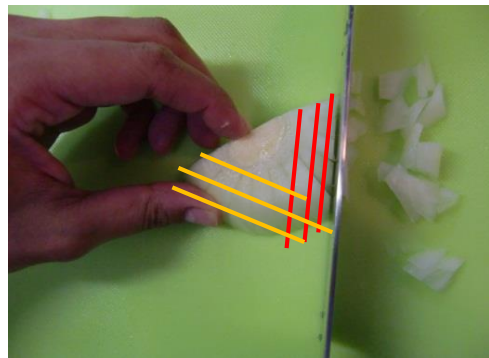


⑤5mm間隔で切っていく。

## 芯の切り方



⑥芯に向かって放射線状に切込みを入れていく。



⑦斜めに切っていく。

赤の線の斜め切り→黄色の線の斜め切り



⑧芯ぎりぎりまで切れたら、芯は捨てる。

## ムニエルの作り方



①魚に塩・こしょうをふり、10分くらいおく。



④表面に焼き色がついたら、弱火にして10分くらい焼く。裏返して、弱火で約5分焼き、中まで火を通す。



②小麦粉を薄く、ムラなくまぶし余分な粉は落とす。



③フライパンを熱し、バターと油を入れ、盛り付けたときに上になる方（皮の方）から強火で焼く。

※すぐに焼き色がつくので、こがさないように注意！

※人数分一度に焼くこと！

⑤ムニエルを皿に盛り、レモンを添える。

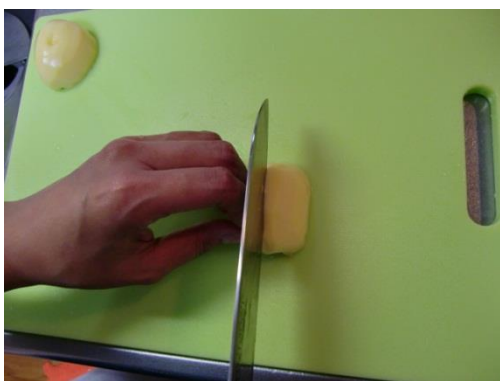
## じゃがいものいちよう切りの方法



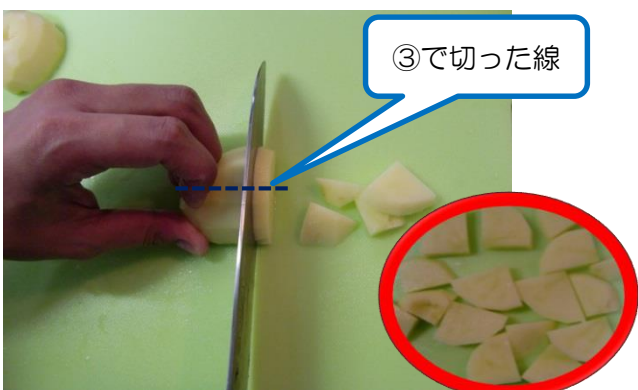
①皮をむく。じゃがいもの芽は包丁の刃を使って取り除いておく。芽にはソラニンという毒がある。



② ①のじゃがいもをたて半分に切る。



③ ②のじゃがいも 1/2 をさらにたて半分に切る。



④向きを変えて厚さ 7mm くらいで切る。

## にんじんのいちよう切りの方法



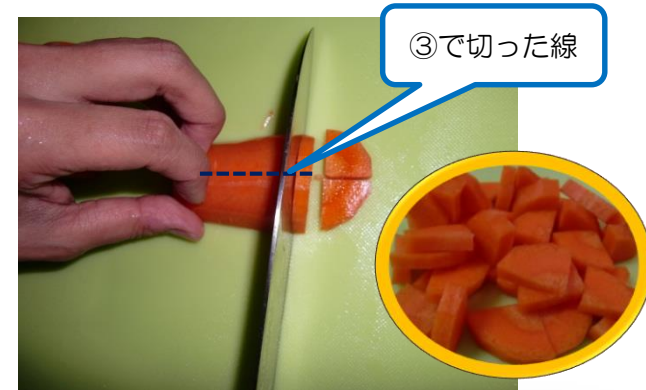
①皮をむいて、へたを切り落とす。半分に切り分ける。



② ①のにんじんをたて半分に切る。



③ ②で半分にしたにんじん 1/2 を、さらにたて半分に切る。



④向きを変えて厚さ 5mm くらいに切る。