



いろはクッキング

チヂミ

7/22(水)

10:10~12:00

材料

ニラ・・・・・・・・・・ 5袋
薄力粉・・・・・・・・・・ 500g
たまご・・・・・・・・・・ 10こ
鶏がらスープ顆粒・ 1袋
ごま油・・・・・・・・・・ 1袋
しお・・・・・・・・・・ 小さじ2

スケジュール

10:00 あさのかい
10:10 クッキング準備
手洗い・エプロンを着る
10:20 クッキング開始
11:40 かんせい
12:00 みんなでいただきます！

もちもの

・すいとう
・ハンカチ
・ティッシュ
・タオル

作り方

1



ニラを切る

2



卵、薄力粉、水、塩を
入れて混ぜる

3



ニラを入れて
混ぜる

4



ごま油をひいて
熱する

5



生地を入れて
焼く

6



裏返して焼く

7



かんせい



いろはクッキング

わかめスープ

7/22(水)
10:10~12:00

材料

わかめ	適量
鶏ガラスープの素	適量
ごま油	適量
水	2000cc

スケジュール

10:00 あさのかい
10:10 クッキング準備
手洗い・エプロンを着る
10:20 クッキング開始
11:40 かんせい
12:00 みんなでいただきます！

もちもの

- ・すいとう
- ・ハンカチ
- ・ティッシュ
- ・タオル

作り方

1



わかめ、鶏ガラスープの素、
ごま油を入れる

2



完成！