

【活用にあたって】

「だし」は和食の基本です。「だし」の良し悪しで料理の味も違ってくることがわかっているにもかかわらず、時間に追われがちな現代は、簡単に使える顆粒や粉末の「だしの素」を使っている家庭が多いのではないのでしょうか。

和食がユネスコの無形文化遺産に認定されました。世界中で和食人気が高まっている今、基本の「だし」の大切さが見直され、注目が集まっています。

小学校は煮干しで「だし」をとるみそ汁を作り、中学校は「かつお節と昆布」で「だし」をとって雑煮を作る学習等をしたいと思います。素材それぞれの「だし」の特徴を知っておくと、日常の食生活に生かしていくこともできるのではないのでしょうか。

解答例

問 1 : B: 昆布 + 煮干し

問 2 : 羅臼昆布 (濃厚なだしがとれる)

利尻昆布 (澄んだだしがとれる)

問 3 : 水に一定時間、ひたしてから使う

発展 : トビウオ