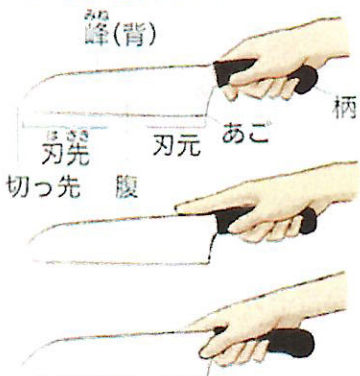


- ★包丁の使い方と切り方について
復習をかねて実践してみましよう。
- ★りんごの皮を写真のようにむく練習
をしてください。

切る 食べやすさ、加熱しやすさ、調味料の染み込みやすさ、
できあがりの美しさなどを考えて、適切な切り方をします。

包丁の使い方

●包丁の持ち方



柄の付け根を、
しっかり持つ。

一般的な持ち方

刃先や切っ先で
切るときに、切り
やすい。

かたい物を切っ
たり刃元を使っ
たりするときに、切
りやすい。

●食品の押さえ方



横から見た場合



指先を丸めて食
品を押さえる。指
の関節に包丁の腹
を沿わせ、押さ
えた手をずらしな
がら切る。

●姿勢



まな板の正面に立ち、
右足を少し後ろにして斜
めになる。

●包丁の種類



りんごがなければ、じゃがいもや大根、
にんじんでも良いです。

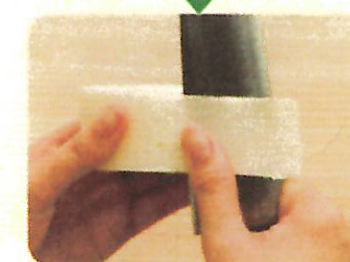
安全

包丁を使うときの注意

- 運ぶときは、バットなどにのせて運ぶ。
- 包丁の受け渡しをするときは、調理台の上に置いて渡す。
- 使い終わったら、調理台の上に置いたままにせず、すぐに所定の場所にかたづける。

野菜のいろいろな切り方 D

●輪切り



皮をむく。



さらに縦半分に切る。



縦半分に切る。



切り口を下にして、薄く切る。

●いちよう切り



端から切る。

●半月切り



端から切る。

●せん切り



少しずつずらして重ね、端から細く切る。

●小口切り



●くし形切り



●乱切り



●ささがき



●たまねぎのみじん切り



根元を少し残して、縦に細かく切
り込みを入れる。



横から包丁を入れ、2、3か所に
切り込みを入れる。



端から細かく切る。