

食育クラブ 「作って食べて、比べてみよう!!」

江南市立北部中学校
栄養教諭 佐々木幸香

1 目的

生徒を取り巻く食環境は様々であり、自分の「食」を考える機会とする。タコやイワシの生態を知り実際に触れることで知識を深め、体験的学習により日常生活の実践力を培う。

2 実施時期 平成28年8月4日(木)

3 参加者 本校生徒15名(年1回の開催、希望者を募集)

4 協賛・協力

一般社団法人 名古屋市中央卸売市場協会 (水産会社 3社)
名古屋市中央卸売市場本場

5 講師 おさかなマイスター 神谷友成先生

6 実習のポイント(比較するもの)

- ① 生きダコを茹でる前と茹でた後の重さ比べ
- ② 調理した生きダコと冷凍ダコの味比べ
- ③ みそ汁にケチャップを入れる前と入れた後の味の変化



7 実習内容

- (1) 講師の先生紹介
- (2) 神谷先生の話(煮干しの解剖・タコについて)

*煮干しの解剖



脳みその大きさや、内臓が肛門までしかないこと、脊髄があることなどが分かった。

*タコの生態について



タコの絵を描き、本当の生態との違いを知った。

*活きたタコと冷凍ダコの触感を比べる



*神谷先生による調理デモンストレーション



(3) 調理実習



捕獲



内臓取り出し



目玉取り出し



ぬめり取り



ボイル



計量



スライス



たこのカルパッチョ



煮干しのみそ汁

【調理実習の感想】

- ・ 活きダコは切った時スーッと切れたのに、冷凍ダコはキュッキュしていた。
- ・ 冷凍ダコの方が赤くて、活きダコは茶色かった。
- ・ 冷凍ダコの方が柔らかかった。

(4) 試食・片付け



【試食の感想】

- ・ みそ汁にケチャップを入れると味が変わった。
- ・ 活きダコは、弾力があった。
- ・ 食べた感じが全然違ったので、驚いた。
- ・ 私は、冷凍ダコの方が好き。

(5) クイズ！片ロイワシを2つに分けよう。



煮干しと田作りの選別



[左]

目が黒い=田作り

[右]

目が白い=煮干し

【全体の感想】

- ・ 魚を見る時も目玉が白いかどうかを見たり、吸盤の大きさや並び方でオスメスが分かったりと色々な知識を身につけながらタコをさばき、楽しむ事ができた。
- ・ タコは機械でさばいていると思っていた。でも、手でさばいていてびっくりした。良い体験ができた。またやりたい。
- ・ とても貴重な体験が出来た。普段は、タコを生でさばくことなんてないのでとても楽しかったし、他の先生が「おいしい」と言っていただけで嬉しかった。
- ・ 他の魚もどんどんさばいていきたい。将来の夢に近づいたと思った。
- ・ 生きたタコの吸い付きがすごかった。
- ・ タコの向きが自分が思っていたのとはまったく違って驚いた。おみそ汁の作り方も分かったので、家でもやってみようと思った。
- ・ タコのオスメスの違いが分かったり、茹でダコと煮ダコの食感の違いなどが分かって良かった。何より生きたタコに触ることができたのが良かった。
- ・ 切ったりするまでにはたくさん大変なことをすることが分かった。これからは、お母さんがいつもやっていることを手伝いたい。

