

おうち de 学校「3時だよ！全員集合」テキスト

2020年5月18日(月)

15:00～16:00

パーソナリティ：葡萄亭わいん

① 落語

葡萄亭こざくら



◆葡萄亭こざくら

中学校2年生

性格 マイペース

将来の夢 看護師

部活はテニス部

小学校1年生のときに、わいん先生の落語と出会い興味をもち「落語クラブ」に加入。

落語クラブが解散しても、「どうしても続けたい」とわいん先生に直談判して弟子にしてもらいました。

② 家族で作ろう！おうちでクッキング

食でハッピーお届け人 山口洋子

「レンチンでトロトロ新玉ねぎ」

【調理時間 約5分】

■材料(2人分)

新玉ねぎ・・・2玉

ポン酢しょうゆ・・・小さじ2

オリーブオイル・・・小さじ2

かつおぶし・黒コショウ・ハーブソルト・・・好みで

■作り方

新玉ねぎは皮をむき、縦に十字に切り込みを入れる。

耐熱性のある器に入れてラップをふんわりかける。

レンジ600Wで5～7分加熱する。(大きさによって時間調整)取り出して、Aをかけていただく。

【ポイント】

鍋でコトコト炊いたスープも美味しいですが、レンジだと早くて簡単。

取り出す時は熱いので火傷に注意してください。

新玉ねぎから出てきた汁も栄養たっぷりなので召し上がって下さい。



③ 先生からのメッセージ！

前半：佐方小学校

後半：吉和学園