

めんはすごい！

シェフが先生！^{せんせい} 小学生^{しょうがくせい}から使える^{つか}、子ども^このためのいろいろなめん^{りょうりぼん}の料理本

もくじ

はじめに

この本^{ほん}の使い方^{つか}／この本^{ほん}のきまりごと^{かた}

さあ、やってみよう！

おしえてシェフ！

おしえてくれるシェフたち

料理^{りょうり}をつくりはじめるまえに、おぼえておきたい基本^{きほん}

①材料^{ざいりょう}のはかり方^{かた}／②包丁^{ほうちょう}のおき方^{かた}／③フライパンや鍋^{なべ}のおき方^{かた}
④たまごのわり方^{かた}と黄身^{きみ}のとり出し方^だ／⑤野菜^{やさい}の皮^{かわ}のむき方^{かた}／⑥包丁^{ほうちょう}の使い方^{つか}／⑦野菜^{やさい}の
切り方^き／⑧そのほかの道具^{どうぐ}

この本^{ほん}で使う^{つか}、基本^{きほん}の調味料^{ちょうみりょう}と便利材^{べんりざいりょう}料

お店^{みせ}みたいなロングパスタ料理^{りょうり}

ナポリタン

アンチョビとキャベツのスパゲッティ

あさりとトマトのスパゲッティ

いろいろ魚介^{ぎょかい}のリングイネ

トマトソースのスパゲッティ

まぐろとトマトの冷たい^{つめ}フェデリーニ

カルボナーラ

サーモンとブロッコリーのクリームスパゲッティ

小えび^このトマトクリームスパゲッティ

ミートボールスパゲッティ

たらこスパゲッティ

きのこ^こちりめんじゃこの^{わふう}和風スパゲッティ
豚^{ぶた}しゃぶと水菜^{みずな}の^{わふう}和風スパゲッティ

いろいろなショートパスタ^{リョウリ}料理

たまごマカロニサラダ
ファルファッレのカラフルサラダ
ツナトマトソースのペンネ
バジリコソースのトロフィエ
鶏肉^{とりにく}の白^{しろ}ワイン 煮込み^{にこ}ソースのリガトーニ
マカロニシーフードグラタン
ほうれん草^{そう}とリコッタチーズをつめたカネロニ
ナポリタン^{ふう}風マカロニホットドッグ
ショートパスタ入り豆^{まめ}のスープ
ショートパスタ入りクラムチャウダー
オニオングラタンパスタスープ

うどん、そば、そうめん^{そうめん}でつくる

きつねうどん
肉^{にく}うどん
カレーうどん
みそ煮^にこみうどん
かまあげうどん
小田^{おだ}巻き蒸^むし
冷^ひやしたぬきそば
鶏^{とり}なんばんそば
かき揚げ^あそば
豆乳^{とうにゅう}ぶっかけそうめん
そうめんチャンプルー

米^{こめ}のめん^{めん}でつくる、春雨^{はるこ}でつくる

汁^{しる}ビーフン
焼^やきビーフン
鶏肉^{とりにく}のフォー

マヨネーズ風味の春雨サラダ

甘酢風味の春雨サラダ

春雨と肉だんごのスープ

マーボー春雨

ちょっとかわったラーメンと焼きそば

あさりラーメン

たまごトマトラーメン

チャーシューめん

カレーラーメン

ワンタンめん

コーンバターみそラーメン

海鮮焼きそば

あんかけ焼きそば

ジャージャーめん

タイ風ふう焼きそば

なるほど！ 豆ちしき

ロングパスタのこと

ナポリタンは、イタリア料理？

イタリアのパスタ

ショートパスタのこと

小麦粉の種類

こねるのはなぜ？

計量スプーンの量と重さの関係

「味をととのえる」って、どういうこと？

いろいろな国のめん料理

レッツトライ！

手うちパスタをつくってみよう！

手うちうどんをつくってみよう！

めんつゆをつくってみよう！

鶏のスープをつくってみよう！

ゆで豚チャーシューをつくってみよう！