

調理学実習 Food Preparation

文教大学健康栄養学部の授業

[講師：土田美登世]

1年生 春・秋学期（1. 2セメスター）週1・2コマ連続

科学的な裏づけ、文化的背景も理解しながら 調理の基本技術を身につける

「おいしく食べたい」「おいしく食べてもらいたい」。そんな気持ちを「技術」に反映させるための調理の基本を学びます。管理栄養士プラスαの強みを持てるように、調理が持つ科学や文化の側面にも触れながら、実習を通して「食」を多角的に捉えます。



【調理学実習 ある日の様子】

本日の献立
「二色丼」
「いんげんのごま和え」
「牛乳かん」



タンパク質が約65°Cから固まり始めるから、激しくかき混ぜ続けないと。混ぜて混ぜて。



えーっと、寒天は90~100°Cで溶けるでしょ。その液を冷やしてから・・・

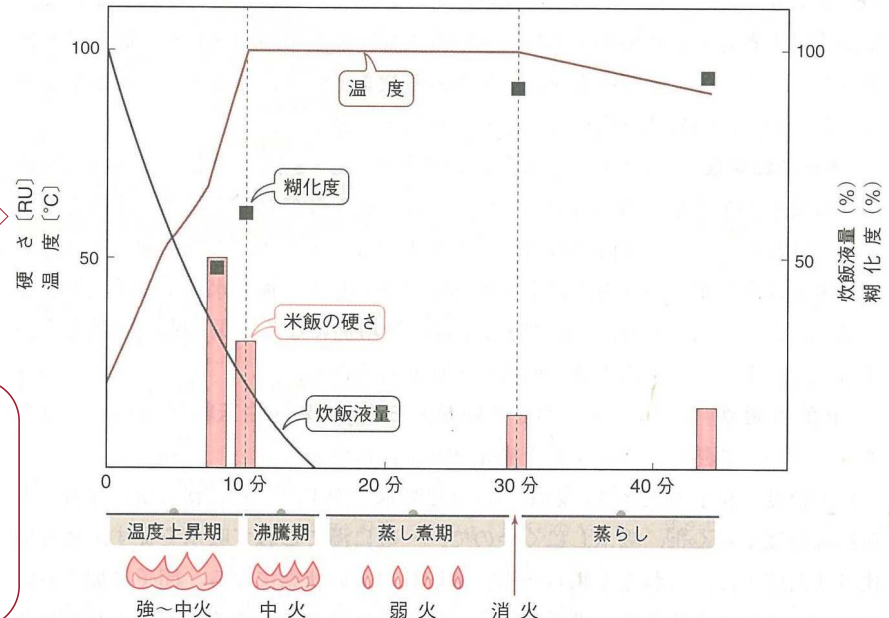


さやいんげんは熱湯でゆでてから水につけると鮮やかな緑色が保てるのよね・・・



炊飯
中

鍋の中ではこんなコト起きてます



調理学も合わせて勉強！

調理学では、食品の性質を理解し、それらが調理でどのように変化するかを学びます。調理特性の理解度は、栄養を考えた献立作りにも大きく左右します。