

- 1 次はNHK「みんなの今日の料理」で紹介された「みそチャーシュー」のレシピです。レシピを見ながら、あとの問いに答えなさい。

きょうの料理レシピ

みそチャーシュー【3人分】

フライパンで表面をこんがり焼いて酒蒸しにし、最後にタレをからめます。風味の良いみそだれが、あとを引くおいしさ。

エネルギー/1810kcal (全量)

調理時間/40分 (下ごしらえの時間はのぞく)

材料

- 豚肩ロース肉 (かたまり) 2本 (600g)
- ねぎ 1本 (100g)
- ねぎの青い部分 1本分
- トウバンジャン 適量

【A】タレ

- みそ 大さじ2
- 砂糖 大さじ2
- みりん 大さじ2
- しょうゆ 大さじ2
- にんにく 小さじ1/2
- ごま油 小さじ1
- 酒 カップ1/2

<計量時の参考>

- 1 カップ=200mL 大さじ1=15mL 小さじ1=5mL

作り方

下ごしらえをする

- ① 豚肉は調理する約 1 時間前に冷蔵庫から出して常温に戻す。ねぎは縦半分に切ってななめ薄切りにし、水に約 5 分間さらして水けを切る。
- ② にんにくをすりおろす。
- ③ 【A】は混ぜ合わせておく。

肉を焼く

- ④ 小さめのフライパンにごま油を中火で熱し、豚肉を入れて強めの中火で焼く。焼き色がついたら返し、上下と側面をこんがり焼く。
- ⑤ 火を止め、豚肉を熱に強いボウルに入れる。熱湯をかけアブラとアクを落とし、取り出して湯を切る。

酒蒸しにする

- ⑥ ④のフライパンに残ったアブラをペーパータオルでふき取り、⑤の豚肉、ねぎの青い部分、酒を加え、中火にかける。
- ⑦ グツグツしたらオープン用の紙で落としふたをし、さらにふたをして、弱めの中火で 10～12 分間、竹ぐしをさして、すきとおった肉汁が出るまで蒸し焼きにする。

<調理のヒント>落としふた

オープン用の紙または、アルミホイルを鍋より一回り小さく切って、真ん中に穴を開けて、表面にのせる。

仕上げる

- ⑧ 火を止めてねぎをのぞき、混ぜておいた【A】を回し入れる。再び中火にかけ、時々返しながらかき混ぜ、汁けが少なくなったら火を止める。
- ⑨ 肉を皿にとり、アルミホイルをかぶせて熱を取る。好みの厚さに切って器に盛り、①のねぎ、トウバンジャンをそえる。フライパンに残った煮汁をかけて食べる。

保存

容器に入れて煮汁をかけ、ふたをして冷蔵庫に入れる。3～4 日間を目安に食べ切る。

出典：きょうの料理ビギナーズレシピ 2017/12/06 ちょっとごちそう&いたわりごはん

- 問1 この料理を2人分作りたい場合、スーパーで豚肉^{ぶた}を何g買えばよいか答えなさい。
- 問2 この料理を4人分作りたい場合、「みりん」は何mL必要か答えなさい。
- 問3 この料理をパーティのため12人分作ることになりました。「しょうゆ」の分量は「ごま油」の分量の何倍必要か答えなさい。
- 問4 焼いた豚肉^{ぶた}に熱湯をかけるのはなぜか答えなさい。
- 問5 レシピの説明と合っているものをアからオまでの中からすべて選び、記号で答えなさい。
- ア このレシピは下ごしらえの時間も入れて、1時間以内で完成させることができる。
- イ 落としぶた^{ぶた}は豚肉の部位のひとつであり、豚肉から肉汁^{じゅう}を出やすくする。
- ウ 酒蒸しでは豚肉^{ぶた}に竹ぐしをさして、すきとおった肉汁^{じゅう}が出るようになれば火を止めてもよい。
- エ 酒蒸しの際、ねぎは白い部分を使って調理を行い、盛り付けには青い部分を使う。
- オ 調理後、冷蔵庫で保存をすれば、次の日も食べることができる。
- 問6 この料理をより健康的なものにしようと思います。その工夫として考えられることを2つ挙げなさい。

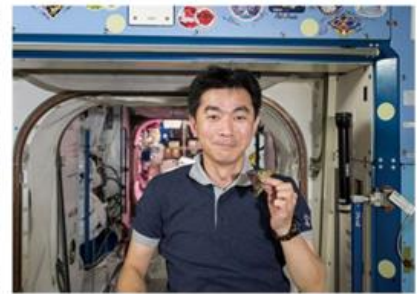
白紙のページ

2 下のレポートについて、あとの問いに答えなさい。

タイトル

宇宙のサラダ

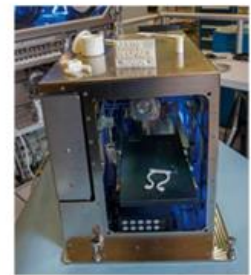
写真には日本人宇宙飛行士の油井亀美也さんがレタスを食べている姿が映っている。これは国際宇宙ステーションで栽培されたものだ。アメリカ航空宇宙局（NASA）は宇宙で野菜を栽培する実験を長年行っている。このプロジェクトが成功すれば、宇宙にいる人にも常に新鮮な食料を供給することが可能となる。では、栽培する野菜としてなぜレタスが選ばれたのだろうか。それは第一に、レタスはほかの野菜より早く育つからだ。第二に、レタスには抗酸化物質が含まれるからである。抗酸化物質には人間を有害な放射線から保護する役割もある。そして最後に、レタスは食べるのに調理する必要がないからだ。今後、宇宙での野菜栽培には要注目である。



3Dプリンターの活躍

3Dプリンターは最も画期的な発明品のひとつだ。アメリカ航空宇宙局（NASA）は宇宙での3Dプリンターの活躍に期待している。2014年には、ZERO-Gプリンター（右の写真）と呼ばれる3Dプリンターが実験のため宇宙に送られた。

実験では、宇宙から地球にソケットレンチ（左の写真）を送ってほしいと頼んだ。だが、地球からはソケットレンチそのものではなく、ソケットレンチを作るためのデータが送られた。このデータによってZERO-Gプリンターはソケットレンチを印刷し、これは3Dプリンターによって宇宙で作られた最初の道具となった。



今まで、宇宙で道具が必要になると、次の宇宙船が来るまで一年以上待たなければならなかった。だが、近い将来、いつでも宇宙でさまざまな道具をすぐに作れるようになる時代がやってくるだろう。

私たちの生活をよりよく

宇宙での実験は地球にいる私たちの生活にとっても重要である。ここでは2つの例を紹介する。

一つ目は骨についての実験だ。無重力状態では、私たちの骨はもろくなる。この理由を見つけるために、宇宙ステーションでメダカを飼い、骨の量の変化を調べた。その結果、研究者たちは理由の一部を発見した。この結果は今後、骨粗しょう症の治療に応用されるだろう。



もうひとつの実験は血液に関するものだ。輸血用の血液は三週間しか保存できない。そのため、もし災害が起きれば、必ず血液不足となる。この問題を解決するのに、日本の科学者たちが長期間保存できる人工血液の開発を始めた。実用化のためには、人工血液の構造をくわしく研究する必要がある。無重力の環境ではとても質の高い結晶が作られるため、血液結晶化実験が宇宙ステーションで行われている。将来は、これらの研究によって緊急医療が劇的に改善されるかもしれない。

市邨中学校3年C組9番 加藤雄一郎

このレポートは中学3年生の加藤^{かとう}雄一郎^{ゆういちろう}くんが作成したものです。これを授業であなたとあなたのクラスメイト全員が共有しています。

- 問1 レポートに書かれている抗酸化物質^{こうさんかぶつ}の役割を1つ答えなさい。
- 問2 レポートには3Dプリンターのどのようなメリット（よい点）が書かれているか答えなさい。
- 問3 「私たちの生活をよりよく」の記事について、クラスメイトの山本^{やまもと}健太^{けんた}くんがレポートに書かれた内容を情報カードにまとめました。以下の情報カードの（ア）から（エ）に入る文章を答えなさい。ただし、2カ所ある（ア）には同じ文が入ります。

私たちの生活をよりよく

宇宙で行われている実験

①骨についての実験

- ・実験の理由：（ア）では私たちの骨はもろくなるから
- ・実験方法：（イ）→理由の一部を発見
- ・今後：骨粗しょう症^{こせうしやう}の治療^{りやう}に応用

②血液についての実験

- ・実験の理由：（ウ）ため、（エ）から
- ・実験方法：人工血液の構造を研究するために、（ア）で結晶^{けつしょう}を作る
- ・今後：緊急医療^{きんげいりやう}が改善される可能性

- 問4 この課題を提出したあと、加藤くんはレポートにタイトルをつけ忘れていたことに気づきました。どのようなタイトルをつけるのが適切ですか。アからエの中から1つ選び、記号で答えなさい。
- ア 宇宙開発の良い点と悪い点
 - イ 宇宙での実験
 - ウ 3Dプリンターとソケットレンチ
 - エ 宇宙飛行士の健康管理

問5 授業担当の川口先生が出張のため、以下の課題に取り組むよう指示が出ました。以下はあなたのタブレット^{たん}端末に川口先生から送られてきた指示です。

未来ゼミ課題について

科目担当者から

川口雄太 先生 受信日：2022年1月14日 8:00

毎日寒いですが、体調はくずしていませんか？ 今日の授業ですが、急な出張が入ってしまい、先生は授業をすることができません。代わりに竹内先生が授業にいらっしゃいますので、次の課題にしっかり取り組んでください。

【課題】

先週の授業ではクラスメイトのレポートを読んでもらいました。その中から印象に残っているレポートを1つ選んで、そのレポートを読み、疑問に思ったことを調べ、A4サイズの用紙1枚にまとめなさい。

あなたは幼いころから「宇宙」に興味があったため、加藤くんのレポートを選び、まとめを作成することにしました。次の①、②の問いに答えなさい。

- ① あなたが加藤くんのレポートを読んで、疑問に思ったことを20字以上、40字以内で1つ書きなさい。ただし、「なぜ」、「どうやって」、「どのくらい」という言葉のいずれかを使うこと。
- ② あなたがまとめを作成する場合、読んでいる人の興味を引き、楽しんで読んでもらうためにどのような工夫をしますか。具体的に2つ考えて書きなさい。

*レポート内で使用した画像はJAXAおよびNASAより許可を得たものである。

1つ目の記事：JAXA/NASA、2つ目の記事：ともにNASA、3つ目の記事：ともにJAXA提供

白紙のページ

白紙のページ

白紙のページ