

★大豆ドライパック オンライン学習会★

～学んでみよう！！学習シート～



め ざ ぜんもんせいかい だいず
★目指せ全問正解！！大豆ドライパッククイズ

クイズ①：ドライパックはなぜ「ドライ」パックなのでしょう？

A：水^{みず}煮^にと違^{ちが}って水^{みず}が入^{はい}っていないから

B：カラッカラに乾^{かわ}いているから

こた
答え



全問正解できたら、あ
なたはもうドライパック
博士よ♡

はつばいとうしょ しょうひんめい
クイズ②：発売^{はつばい}当^{とう}初^{しょ}の商品^{しょうひん}名^{めい}はなんでしょう？

A：水^{みず}なしカラカラ大豆^{だいず}パック

B：ソイソイデリシャスパック

C：大豆^{だいず}ハイバキュームパック

こた
答え



だいず まめ さいばい
クイズ③：「大豆^{だいず}ドライパック」の豆^{まめ}はどこで栽培^{さいばい}されたでしょう？

A：アメリカ

B：北海道^{ほっかいどう}

C：ブラジル

こた
答え





★Let's トライ! おうちで蒸し大豆をつくってみよう!

動画をみて()内を埋めてみてね

①かんそう大豆を水戻しをします。
★ここでもんだい! どのくらい水戻しをするでしょうか?



こたえ

夏: () じかん

冬: () じかん

②これが水でもどした大豆です。



約 () 倍の大き
さになるのよ♪



③約 () 分むしてできあがり!

おうちで作ると...

なんと!!! () 以上!

かかります。



ほくほく♪

おうちでやるとたいへん
なのね...





だいず つく
★大豆ドライパックはどうやって作られているの???

どうが み ない う
動画を見て () 内を埋めてみてね

①大豆がとうちやく
こうじょうにとうちやくした大豆を使います。

げんりょうの大豆は、

北海道産

()

というひんしゅです。



②水でもどす
大豆の約4倍の水にひと晩つけます。



③ゆでる
ゆでることでアクをとり、さっきんします。
その後お湯をきります。



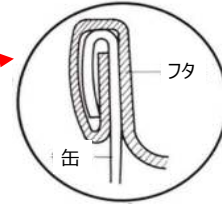
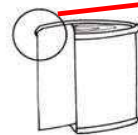
④チェック
ここまでの間にわれたり、皮がはがれてしまった大豆を取りのぞきます。



【缶】⑤缶に入れる
きかいで大豆のりょうをはかって、缶につめます。



【缶】⑥缶のフタをしめる
「 () 」といわれる部分で、しめるしゅんかんにくぎをぬいて閉じます。



⑦大豆をむす
高温で缶の中の大豆をむしあげます。
いっしょにさっきんもしています。



【パウチ】⑤パウチに入れる
きかいで大豆のりょうをはかって、ふくろに入れます。



【パウチ】⑥パウチを閉じる
パウチを閉じるときに、ちっそを入れることでパウチの中のくぎをおい出します。



⑧さいごかくにんして
できあがり～♪



ここから缶と
パウチ、分か
れま～す



★保存版★ 超カンタン！CO・OP大豆ドライパックレシピ

1.大豆ドライパックのナゲット風

●材料

- CO・OP大豆ドライパック：1缶
- ツナ缶：1缶
- マヨネーズ：大さじ1
- 片栗粉：大さじ2（小麦粉でも代用可）
- 塩コショウ：少々



●作り方

- ①ポリ袋（またはフリーザーバッグ）に大豆ドライパック1缶を入れて好みの硬さにつぶす
- ②①にツナ1缶とマヨネーズ大さじ1と塩コショウ少々、片栗粉を大さじ1入れてよく混ぜる
- ③CO・OPくっかないホイルをひいてフライパンを温めた後、②をお好みの大きさに袋から絞りだし、中火で片面4分ずつこんがり焼く

2.大豆ドライパックとゆであずきのおはぎ風

●材料

- CO・OP大豆ドライパック：1缶
- ゆであずき：1缶（430g）
- きな粉：お好み



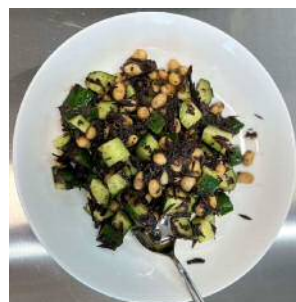
●作り方

- ①キッチン用ポリ袋に大豆ドライパック1缶を入れ好みの硬さにつぶす
- ②ゆであずきとまぜる
- ③好みのサイズに丸めてきな粉と和える

3.大豆ドライパックとコロコロきゅうりの梅おかか和え

●材料

- きゅうり：1本
- CO・OP大豆ドライパック：1P
- CO・OPひじきドライパック：1P
- CO・OP梅おかか：大さじ2
- ごま油：小さじ1
- 塩：ひとつまみ



●作り方

- ①きゅうり1本を角切りにする
- ②①をキッチン用ポリ袋に入れて、大豆ドライパック1パックとひじきドライパック1パックを入れてCO・OP梅おかか大さじ2とごま油小さじ1と塩ひとつまみを入れて和える