

# おいしいチャーハンを作ろう - 料理は科学と特訓だ -



先生、情報の宿題で何でチャーハンつくらなきゃならないんですか？

例えば、あなたがこれから、月2回家でチャーハンを食べるとして、あと60年生きるとすると約1500回チャーハンを家で食べることになります。それがすべておいしかったら人生幸せだと思いませんか？  
チャーハンはうまく作れる家庭はそう多く無いと思います。作り方の改善を何回かしておいしいチャーハンを目指しましょう。チャーハンを作るという問題を改善していくのが、情報科で習得する能力です。  
今回は、ジャージ着て特訓だ。

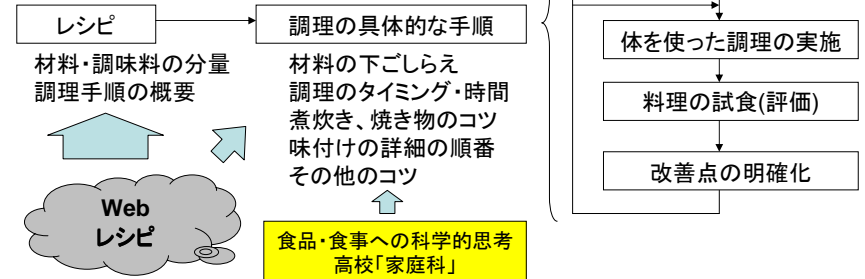
先生、チャーハンとITって無理がある



© Go Ota, 2014

1

## 料理は科学だ、特訓だ

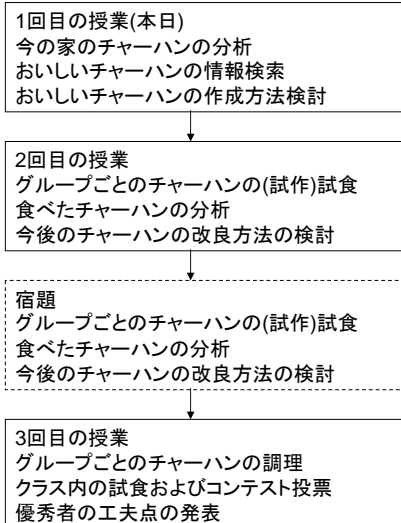


チャーハンについても、Webにいろいろなレシピが乗っています。それを見ても決してお店で食べるようなチャーハンはできないと先生は思います。レシピは単なる知識の情報です。おいしいチャーハンを作るためには、単なる知識だけではなく、微妙なコツがあると思います。  
そのコツの情報は結構科学的に説明できるものです(これは家庭科の教科書見ると料理が科学だと判りますね)。ただ、Webにはコツの情報もありますが、ただし、それも知識です。そのコツを実際の料理に生かすには何回か作って体で覚える必要があるかと思います。この授業では単にWebなどの情報を知識レベルではなく、実際にできるレベルまで料理できることを目標としています。



2

## 授業の予定



おいしいラーメン屋のチャーハン又は中華料理店のチャーハンを目指しましょう



3

## チャーハンコンテストのレギュレーション(ルール)

0. 基本的にラーメン屋で普通に出てくるチャーハンとする。(あんかけチャーハンとかは不可)
1. 基本的に家庭にあるガスコンロ/電磁調理器とテフロン加工のフライパン(強火で熱することができないもの)で調理できること。
2. 食材は普通のチャーハンの範囲とする(五目チャーハンのようにカニ、エビ、ふかひれなど的高级食材の使用は禁止)
3. 調味料は個別に単体で販売されるものを使用(塩、コショウ、醤油、...等)。チャーハンの素などのチャーハン用の混ぜ合わせ調味料の使用は禁止。
4. 一部のチェーンラーメン屋の炊き込み型のチャーハンは禁止(これはピラフになる)
5. 過度の油の使用は禁止

世の中に存在するチャーハンの多くは、悪い言い方をすれば、『炒めご飯に具材を乗せた丼を混ぜた』だけの品物です。言い方を変えますと、『具材をおかず、炒めた米を食べている状態』という事です。

チャーハンは料理なのに、どこかで簡単で大したことないモノだと思いませんか？その常識は、間違っています。老舗中華料理店などでは、バラバラだという理由だけで、高額な値付けをするお店も散見されますが、バラバラチャーハン？そんなの当たり前です。

ご飯の炊き方・卵の味付け・具の味付け・炒め方、全てにこだわりきった結果が、チャーハン王のチャーハンです。ぜひご賞味頂ければと思います。

チャーハン専門店 チャーハン王 Webサイトより抜粋 <http://www.cya-ou.jp/>

4

## 1回目の授業

グループで話し合い、Webの情報検索で下記のシートを作成します。

チャーハン改良計画シート No.1

1-1 現状のチャーハンの評価 (中華料理店/ラーメン店と比較した場合の問題点、改良すべき点)
家のチャーハンをお店のチャーハンと比べた場合、味・食感などの状況を書き出します。
1-2 おいしいチャーハンを作るための科学的ポイント/調理のコツ (Webでの検索結果など)
Webで検索して、おいしいチャーハンを作るための科学的なポイントや調理のコツを書き出します。
1-3 チャーハン調理の方法(検討結果)
1-2の結果をもとに、どのように調理したらいいか書き出します。
1-4 チャーハン調理のための準備事項(用意する食材など)
実際に調理する場合の食材など何を準備するか書き出します。

1-1と1-2については、始めは個人個人でポストイットなどに書いて、それを集めてからみんなで、まとめてもいいでしょう。



5

## 2回目の授業

調理したチャーハンをグループ内で試食します。その後、チャーハンの今後の改良方法について検討します。必要に応じてWebなどで再度検索します。

チャーハン改良計画シート No.2以降

n-1 今回のチャーハンの評価 (中華料理店/ラーメン店と比較した場合の問題点、改良すべき点)
チャーハンを試食した結果をお店のチャーハンと比べた場合、味・食感などの状況を書き出します。また、どんな点が完了すべきか書き出します。
n-2 次回調理のための科学的ポイント/調理のコツ
チャーハンを改良するための調理の変更点を書き出します。

6

## 宿題

家でチャーハンを作り、学校でグループ内で試食します。その後、チャーハンの今後の改良方法について検討します。必要に応じてWebなどで再度検索します。

チャーハン改良計画シート No.2以降(2回目と同じシート)

n-1 今回のチャーハンの評価 (中華料理店/ラーメン店と比較した場合の問題点、改良すべき点)
チャーハンを試食した結果をお店のチャーハンと比べた場合、味・食感などの状況を書き出します。また、どんな点が完了すべきか書き出します。
n-2 次回調理のための科学的ポイント/調理のコツ
チャーハンを改良するための調理の変更点を書き出します。

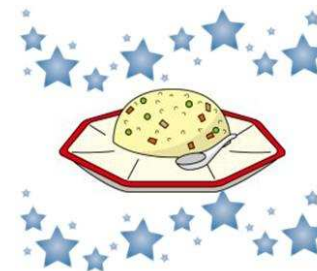
家で作って、家族の評判を聞くのもいいかも



7

## 3回目の授業

最後に各グループの調理したチャーハンをクラス全体で試食します。それから、どのグループがおいしかったか投票でチャンピオンを選びましょう。



8