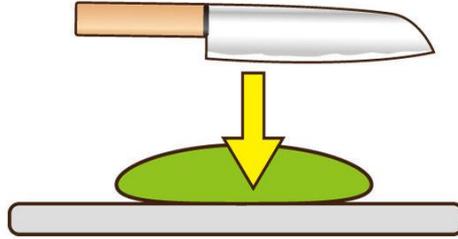


## 第1問 料理

肉を切る場合、包丁にどのように力を入れるのがよいでしょうか？

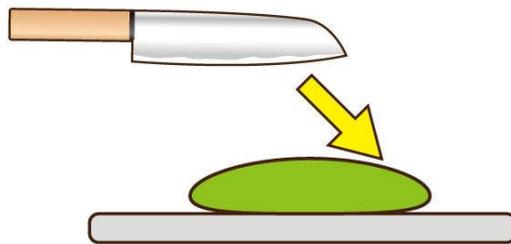
選択肢 1

真下に向かって押す



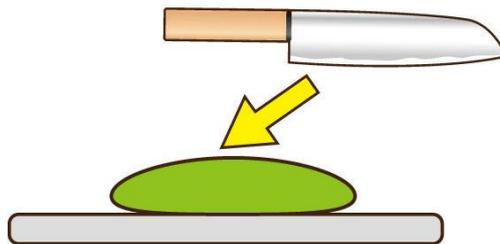
選択肢 2

斜め前に押し出す



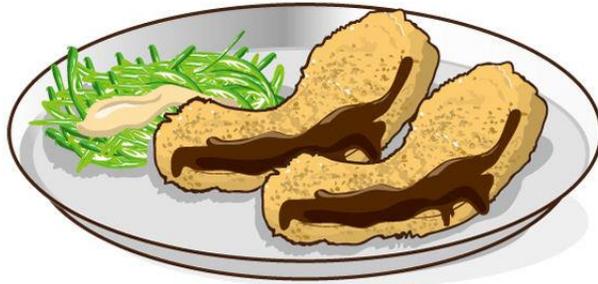
選択肢 3

斜め後ろに引く



## 第2問 料理

トンカツが反り返らないようにするにはどうすればよいでしょうか？



選択肢 1	低温でじっくり揚げる
選択肢 2	塩をよく振る
選択肢 3	肉の脂身と赤身の間に切り込みを入れる

### 第3問 料理

野菜炒めを作ります。

豚肉、玉ねぎ、キャベツ、人参で作る場合、どの材料を最初に炒めますか？

選択肢 1

豚肉、玉ねぎ、キャベツ、人参を全部一度に入れて、炒める



選択肢 2

豚肉



選択肢 3

キャベツ

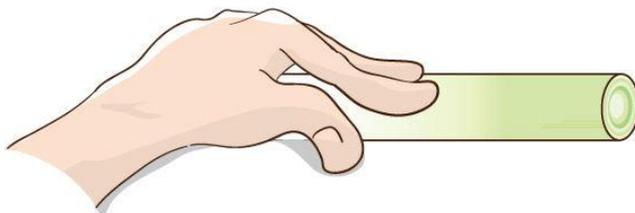


## 第4問 料理

野菜を切るときの正しい材料の押さえ方はどれですか？

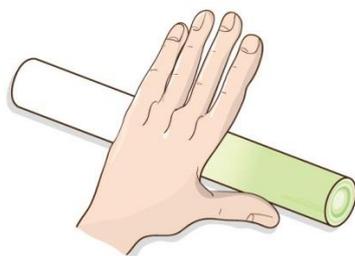
選択肢1

指の腹でしっかりと押さえる



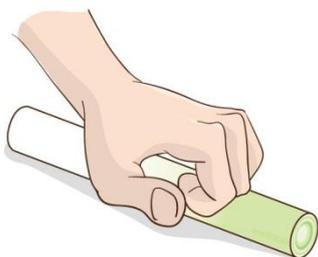
選択肢2

手のひらでしっかりと押さえる



選択肢3

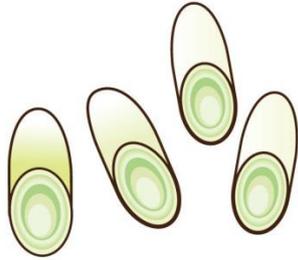
指先を曲げて材料を押さえる



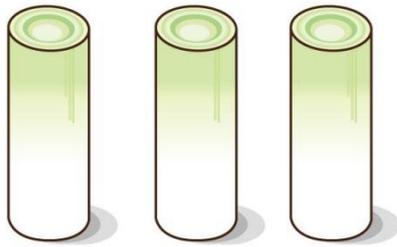
## 第5問 料理

料理の本に「ゆであがったそばの上に小口切りのねぎを乗せます」と書いてありました。  
ねぎを小口切りに切ったものはどれ？

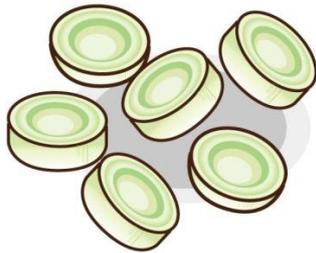
選択肢1



選択肢2



選択肢3

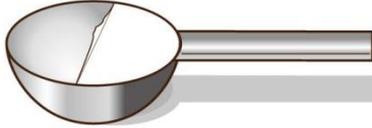


## 第6問 料理

料理の本に「塩 大さじ1/2」と書いてあります。  
塩 大さじ1/2の計り方で正しいのはどれですか？

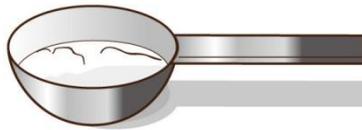
選択肢1

大さじですりきり1杯を計ってから、半分を落とす



選択肢2

下から半分まで塩を入れる



選択肢3

小さじで2杯入れる



## 第7問 料理

魚を焼く前にふり塩をします。この場合の塩の量はどれですか？

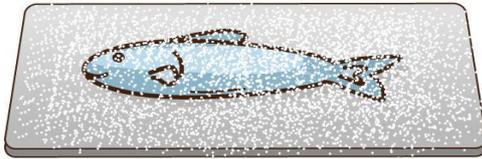
選択肢1



選択肢2



選択肢3



## 第8問 料理

ポテトサラダを作ります。

じゃがいもは皮をむいて、水からゆですか？ お湯からゆですか？

選択肢1	水からゆでる
選択肢2	お湯からゆでる
選択肢3	どちらでもよい

## 第9問 料理

魚を煮る場合に「隠し包丁」を入れます。  
「隠し包丁」とはなんですか？

選択肢 1	魚の表面に目立たないように切り込みを入れる
選択肢 2	魚の下に薄切りした生姜を入れる
選択肢 3	魚のうろこを包丁でそぎ落とす

## 第10問 料理

みそ汁のみそはどうやって入れますか？

選択肢 1

玉じゃくしに味噌をとり、全部鍋の中に入れて、なべ全体を大きくかきまぜる



選択肢 2

玉じゃくしに味噌をとり、玉じゃくしの中にだしを入れて、菜ばしで少しずつ溶かし入れる



選択肢 3

玉じゃくしに味噌をとり、少量ずつ鍋の中に入れて、かきまぜる



## 第11問 料理

「薄口しょうゆ」と「濃口しょうゆ」はどちらが塩分が多いでしょうか？

選択肢1	薄口しょうゆ
選択肢2	濃口しょうゆ
選択肢3	どちらも塩分は同じで色が違うだけ

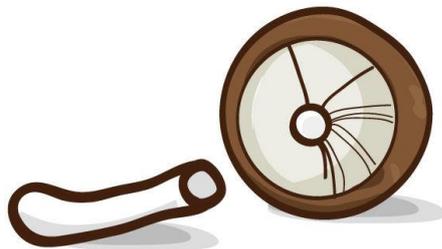
## 第12問 料理

料理の本に「しいたけは石づきをとって使いましょう」と書いてありました。  
しいたけの石づきをとった状態として正しいのはどれでしょう？

選択肢1



選択肢2



選択肢3



## 第13問 料理

「米をとぐ」とはどういうことでしょうか？

選択肢1	米を水にひたして、2, 3回さっとかきまぜ、白く濁った水を捨てる 水がきれいになるまで、それを繰り返す
選択肢2	米を水にひたして、泡だて器でよくかき混ぜ、白く濁った水を捨てる 水がきれいになるまで、それを繰り返す
選択肢3	米を水にひたして、さっとかき混ぜ、白く濁った水を捨てる てのひらで握りながら軽く押さえるように、米をこすり合わせる 水を入れて軽くまぜ、水を捨てる 水がきれいになるまで、それを繰り返す

## 第14問 料理

みそ汁に油揚げを入れると油っぽくなってしまいました。  
油っぽくならないようにするにはどうすればよいでしょうか？

選択肢1 熱湯をさっと回しかけ、水気をしぼった油揚げを入れる

選択肢2 油揚げの表面をクッキングペーパーで拭く

選択肢3 水で洗って、水気をしぼった油揚げを入れる

## 第15問 料理

あさりのみそ汁を作ります。  
スーパーで買ってきたあさりはどうしておくのがよいでしょう。

選択肢1	パックに入れたまま冷蔵庫で保存し、使う直前に取り出す
選択肢2	パックから取り出して真水につけ、2時間以上置いてから、使う
選択肢3	パックから取り出して塩水につけ、2時間以上置いてから、使う

## 第16問 料理

ゆで卵をゆでたら、殻にひびが入って中身が飛び出していました。  
中身が飛び出ないようにゆでるにはどうすればいいでしょう。

- |      |                        |
|------|------------------------|
| 選択肢1 | こまめに転がしながらゆでる          |
| 選択肢2 | 沸騰したお湯に入れてゆでる          |
| 選択肢3 | 冷蔵庫から出し20分経ってから、水からゆでる |

## 第17問 料理

レシピに「肉の色が変わったら、調味料を入れます」と書いてあります。  
「肉の色が変わる」とはどのような状態のことでしょうか？

選択肢1

(ほとんど赤いが、白くなったものがちらほらある)



選択肢2

(ほとんど白っぽくなっている)



選択肢3

(焦げ目がついたものが、ちらほらある)

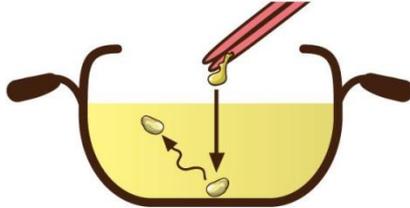


## 第18問 料理

天ぷらを上げるのに、適温である170～180℃になったかどうか少量の衣を入れて確認します。どのような状態が、170～180℃でしょうか。

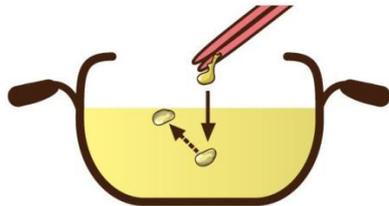
選択肢1

天ぷら鍋の底まで沈んでからゆっくり上がってくる



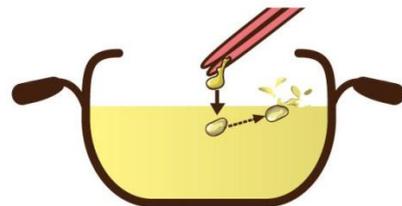
選択肢2

天ぷら鍋の中ほどまで沈んでから浮き上がってくる



選択肢3

落とした途端に浮き上がってくる



## 第19問 料理

煮魚を煮る時に、生臭さをとるために一緒に入れるとよいものはどれですか？

選択肢1      しょうが

選択肢2      こんぶ

選択肢3      みょうが

## 第20問 料理

うどんをゆでるときに「差し水」をします。  
差し水とは何をすることでしょうか？

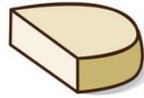
- |      |   |
|------|---|
| 選択肢1 | うどんをゆでていて、吹きこぼれそうになったら、少量の水を入れて沸騰を静めること |
| 選択肢2 | ゆで上がったうどんを手早く洗うこと                       |
| 選択肢3 | うどんをたっぷりの水でゆでること                        |

## 第21問 料理

レシピに「しょうが1かけ」と書いてあった場合、どれくらいの大きさを用意すればよいでしょうか？

選択肢1

約5グラム



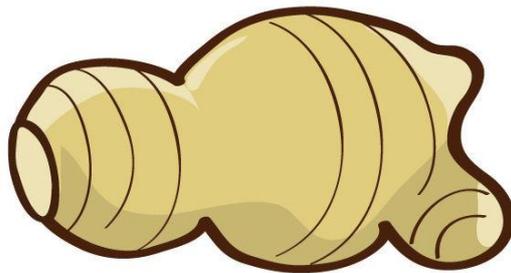
選択肢2

約10グラム



選択肢3

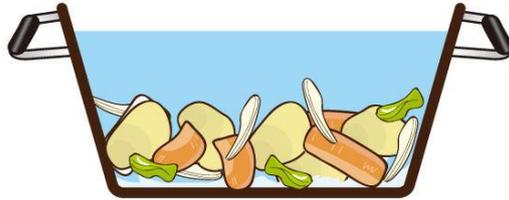
中くらいのしょうがのこぶ1つ分



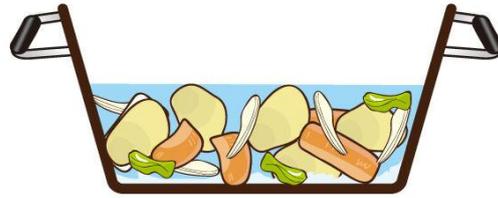
## 第22問 料理

煮物を作ります。そのときの水加減は「ひたひた」です。  
「ひたひたの水」を表しているのはどれですか？

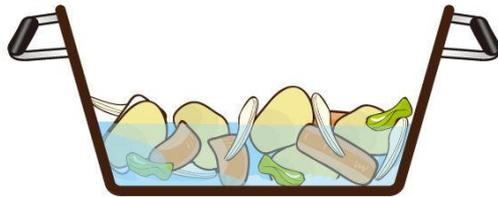
選択肢1



選択肢2



選択肢3



## 第23問 料理

カレーライスを作るときに、材料を煮ていると白や茶色っぽい泡が浮いてきました。この泡をどうするのがよいでしょうか？



選択肢 1

気にしないで煮続ける

選択肢 2

鍋全体に大きくまぜて、目立たないようにする

選択肢 3

すぐにくい取る

## 第24問 料理

「塩 少々」と「塩 ひとつまみ」はどちらの方が塩の量が多いでしょうか？

選択肢1 塩 少々

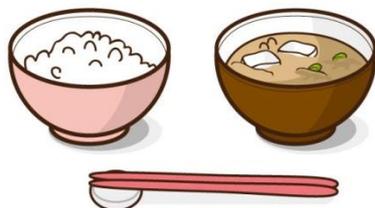
選択肢2 塩 ひとつまみ

選択肢3 どちらも同じ

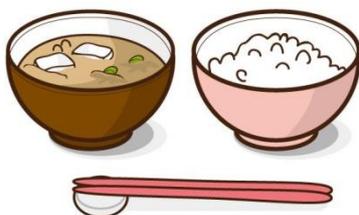
## 第25問 料理

朝ごはんにごはんとみそ汁を作りました。  
どのように食卓に並べますか？

選択肢1



選択肢2



選択肢3

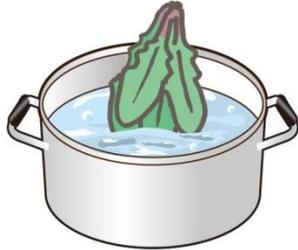


## 第26問 料理

ほうれんそうのお浸しを作ります。  
どのように、ほうれんそうを湯に入れますか？

選択肢1

葉から入れる



選択肢2

根本から入れる



選択肢3

横にして入れる



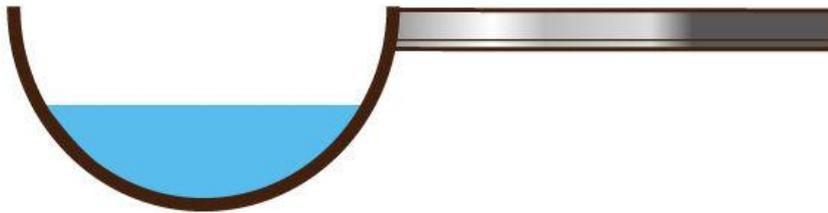
## 第27問 料理

料理の本に「しょうゆ 大さじ1/2」と書いてあります。  
しょうゆ 大さじ1/2の計り方で正しいのはどれですか？

選択肢

大さじの半分の深さまで入れる

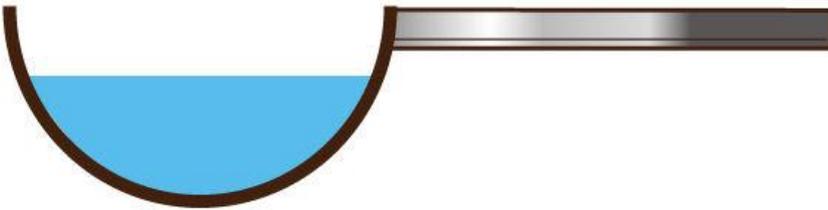
1



選択肢

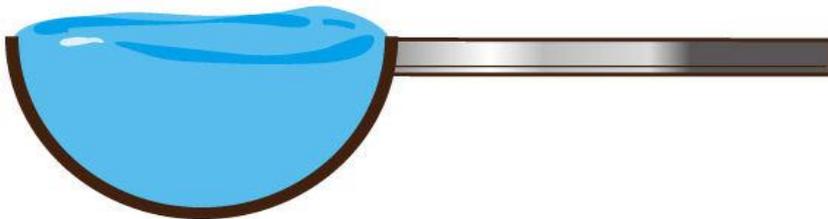
大さじの6分目の深さまで入れる

2



選択肢3

大さじからこぼれるぎりぎりまで入れる



## 第28問 料理

昨日の残り物を電子レンジで温めます。  
そのままの容器で電子レンジに入れてはいけないのはどれでしょうか？

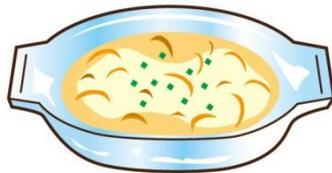
選択肢1

ご飯の入った陶器茶碗



選択肢2

グラタンの入った耐熱ガラス容器



選択肢3

おみそ汁の入ったおわん



## 第29問 料理

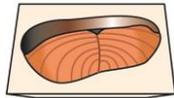
デスクワーク中心の30代～40代の男性が、一日に必要なカロリーはどれくらいでしょうか。

選択肢1	1700 カロリー
選択肢2	2700 カロリー
選択肢3	3200 カロリー

### 第30問 料理

朝食の献立を考えましょう。

ごはん + 塩鮭の切り身 にもう2品、何をつければよいでしょうか。



(※この問題は選択肢の中に複数正解がありますが、自分がよいと思うもののうち、どれか2つを選んで解答してください。)

選択肢1

じゃがいもとねぎの味噌汁



選択肢2

かきたま汁



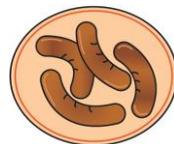
選択肢3

トマト、キュウリ、キャベツのサラダ



選択肢4

ウィンナー炒め



選択肢5

油揚げのやいたの



選択肢6

牛乳とみかん



## 第31問 料理

朝食の献立を考えましょう。

ごはん + 納豆 にもう2品、何を付ければよいでしょうか。



(※この問題は選択肢の中に複数正解がありますが、自分がよいと思うもののうち、どれか2つを選んで解答してください。)

選択肢1

じゃがいもとねぎの味噌汁



選択肢2

かきたま汁



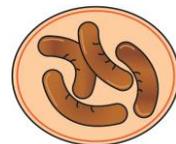
選択肢3

トマト、キュウリ、キャベツのサラダ



選択肢4

ウィンナー炒め



選択肢5

油揚げのやいたの



選択肢6

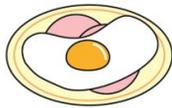
牛乳とみかん



## 第32問 料理

朝食の献立を考えましょう。

トースト + 目玉焼き にもう2品、何をつければよいでしょうか。



(※この問題は選択肢の中に複数正解がありますが、自分がよいと思うもののうち、どれか2つを選んで解答してください。)

選択肢1

じゃがいもとねぎの味噌汁



選択肢2

かきたま汁



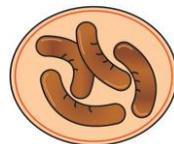
選択肢3

トマト、キュウリ、キャベツのサラダ



選択肢4

ウィンナー炒め



選択肢5

油揚げのやいたの



選択肢6

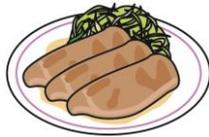
牛乳とみかん



### 第33問 料理

昼食の献立を考えましょう。

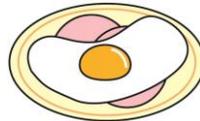
ごはん + 豚肉のしょうが焼き にもう2品、何をつければよいでしょうか。



(※この問題は選択肢の中に複数正解がありますが、自分がよいと思うもののうち、どれか2つを選んで解答してください。)

選択肢1

目玉焼き



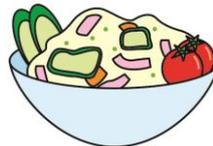
選択肢2

鶏のからあげ



選択肢3

ポテトサラダ



選択肢4

ゆで野菜のサラダ



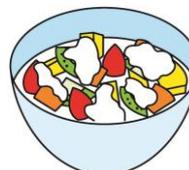
選択肢5

わかめと豆腐の味噌汁



選択肢6

フルーツヨーグルト



## 第34問 料理

食品は、体内での主な働きによって、次の3つにわけることができます。

赤・・・主に体の組織をつくる食品

緑・・・主に体の調子を整える食品

黄色・・・主にエネルギーになる食品



にんじん

は何色に分類されるでしょうか。

選択肢1

赤・・・主に体の組織をつくる食品

選択肢2

緑・・・主に体の調子を整える食品

選択肢3

黄色・・・主にエネルギーになる食品

## 第35問 料理

食品は、体内での主な働きによって、次の3つにわけることができます。

赤・・・主に体の組織をつくる食品

緑・・・主に体の調子を整える食品

黄色・・・主にエネルギーになる食品



わかめ

は何色に分類されるでしょうか。

選択肢1

赤・・・主に体の組織をつくる食品

選択肢2

緑・・・主に体の調子を整える食品

選択肢3

黄色・・・主にエネルギーになる食品

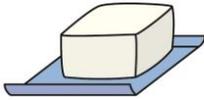
## 第36問 料理

食品は、体内での主な働きによって、次の3つにわけることができます。

赤・・・主に体の組織をつくる食品

緑・・・主に体の調子を整える食品

黄色・・・主にエネルギーになる食品



とうふ

は何色に分類されるでしょうか。

選択肢1

赤・・・主に体の組織をつくる食品

選択肢2

緑・・・主に体の調子を整える食品

選択肢3

黄色・・・主にエネルギーになる食品

## 第37問 料理

食品は、体内での主な働きによって、次の3つに分けることができます。

- 赤・・・主に体の組織をつくる食品
- 緑・・・主に体の調子を整える食品
- 黄色・・・主にエネルギーになる食品



マヨネーズは何色に分類されるでしょうか。

選択肢1	赤・・・主に体の組織をつくる食品
選択肢2	緑・・・主に体の調子を整える食品
選択肢3	黄色・・・主にエネルギーになる食品

## 第38問 料理

食料品店で野菜を選ぶときに気を付けることで、間違っているものはどれでしょうか？

選択肢1	キャベツは、重さが軽くてみずみずしいもの
選択肢2	大根は、固くしまっていて色つやがよいもの
選択肢3	じゃがいもは、芽がでておらず、表面にしわがないもの

## 第39問 料理

冷凍保存に向かない食品は次のうちどれでしょうか？

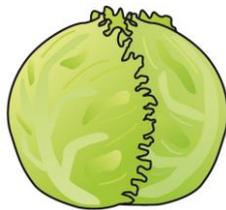
選択肢 1

ごはん



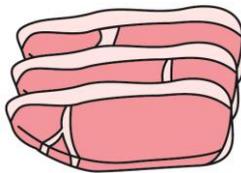
選択肢 2

レタス



選択肢 3

肉



## 第40問 料理

安かったので食パンを2袋、買ってきました。どのように保存するのがよいでしょう。

選択肢1	買ってきた袋のまま、常温においておく
選択肢2	買ってきた袋のまま、冷蔵庫に入れて保存する
選択肢3	1枚ずつラップに包んで、冷凍庫で保存する

## 第41問 料理

食料品店で肉を買う時に、「切り落とし」と書いた肉と、「こま切れ」と書いた肉が販売されていました。見た目は変わらないようにみえます。何が違うのでしょうか。

選択肢 1

「切り落とし」…肉の特定の部位で形がそろわなかった部分の詰め合わせ

「こま切れ」…肉の部位を特定せずに、形がそろわなかった部分の詰め合わせ

選択肢 2

「切り落とし」…値段が高い肉の形がそろわなかった部分の詰め合わせ

「こま切れ」…値段が安い肉の形がそろわなかった部分の詰め合わせ

選択肢 3

「切り落とし」…こま切れより大きめに切って、詰め合わせ

「こま切れ」…切り落としより小さめに切って、詰め合わせ

## 第42問 料理

すきやきを作ります。牛肉は次のどの部位を買えばいいでしょうか？

選択肢1   バラ

選択肢2   ヒレ

選択肢3   肩ロース

### 第43問 料理

からあげを作ります。鶏肉にどの粉をまぶせばよいでしょう。

選択肢 1	小麦粉(薄力粉)
選択肢 2	小麦粉(中力粉)
選択肢 3	白玉粉

## 第44問 料理

粗塩と精製塩のどちらが塩味が強いでしょう。

選択肢1

粗塩

選択肢2

精製塩

選択肢3

どちらもかわらない

## 第45問 料理

次の油の中で動物性の油はどれでしょうか？

選択肢1 サラダ油

選択肢2 オリーブ油

選択肢3 バター

## 第46問 料理

じゃがいもの保存方法として、よいものはどれでしょうか？

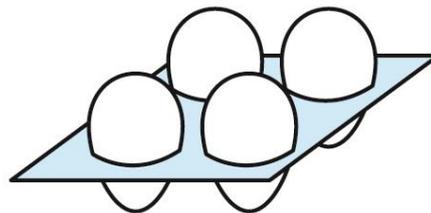
選択肢1	湿気がこもらないように、太陽の光が当たるところに置く
選択肢2	箱や紙袋に入れて、暗い場所に置く
選択肢3	冷蔵庫の野菜室に入れる

## 第47問 料理

卵の保存方法として正しいのはどれでしょうか？

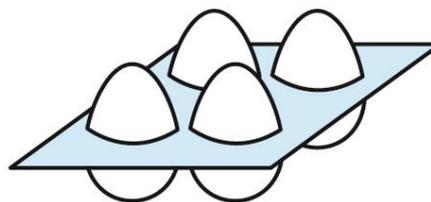
選択肢1

とがった方を下にして保存する



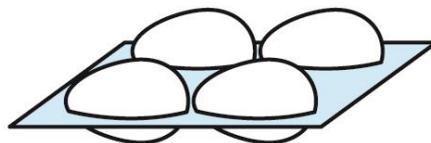
選択肢2

丸い方を下にして保存する



選択肢3

横に向けて保存する



## 第48問 料理

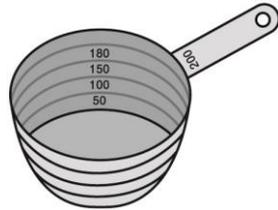
まな板の使い方として、間違っているのはどれでしょうか。

- |      |                           |
|------|---------------------------|
| 選択肢1 | 切る前にまな板を水でぬらし、よくふき取ってから使う |
| 選択肢2 | 肉・魚と野菜はおなじまな板を使う          |
| 選択肢3 | 使い終わったら、よく洗って乾かす          |

## 第49問 料理

炊飯器でご飯を炊きます。米 3 合を計るときに使うと便利なカップはどれでしょうか。

選択肢 1



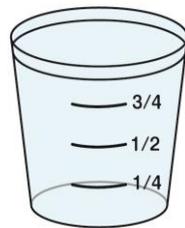
200ml

選択肢 2



250ml

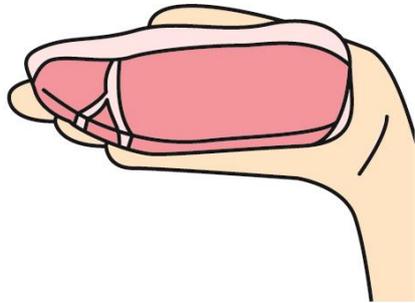
選択肢 3



180ml

## 第50問 料理

大人の手のひらにのせた豚肉はどれくらいの重さでしょうか？

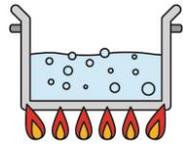


- |       |           |
|-------|-----------|
| 選択肢 1 | 約 40 グラム  |
| 選択肢 2 | 約 80 グラム  |
| 選択肢 3 | 約 120 グラム |

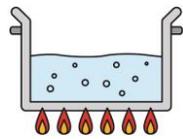
## 第51問 料理

料理の本に「とろ火でじっくり煮込む」と書いてありました。とろ火は次のうちどれでしょうか。

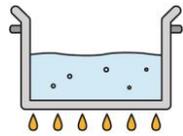
選択肢1



選択肢2



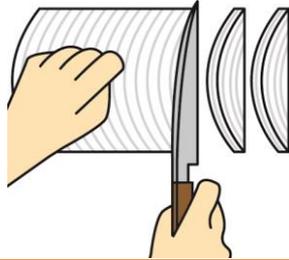
選択肢3



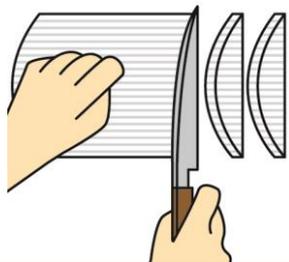
## 第52問 料理

大根サラダを作ります。しゃきしゃきした歯ごたえにしたいときは大根をどちらの方向に切るとよいでしょうか。

選択肢 1



選択肢 2



選択肢 3

新鮮な大根を使えば、どんなふうに切ってもよい

## 第53問 料理

アスパラガスのゆで方として正しいのはどれでしょうか。

- |      |          |
|------|----------|
| 選択肢1 | 水からゆでる   |
| 選択肢2 | お湯からゆでる  |
| 選択肢3 | どちらでもよい。 |

## 第54問 料理

野菜と肉をいれたすきやき風煮込みを作ります。調味料を入れる順番として正しいのはどれでしょうか。

選択肢1 砂糖 → みりん → しょうゆ

選択肢2 しょうゆ → みりん → 砂糖

選択肢3 全部一度に入れる

## 第55問 料理

料理の本に「あら熱がとれたら切りましょう」と書いてあります。あら熱をとる方法として正しいのはどれでしょうか。

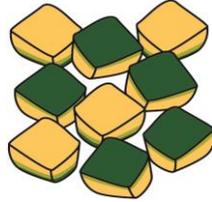
- |      |               |
|------|---------------|
| 選択肢1 | 冷蔵庫に入れる       |
| 選択肢2 | 冷水でひやす        |
| 選択肢3 | そのまましばらくほっておく |

## 第56問 料理

かぼちゃを煮ます。料理の本に「面取りをしましょう」と書いてありました。面取りとして正しいのはどれでしょうか。

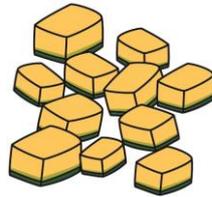
選択肢 1

大きさをそろえて切る



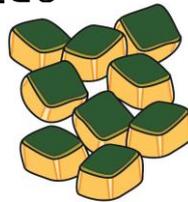
選択肢 2

なべにいれるときに、かぼちゃの緑の部分を下にそろえる



選択肢 3

角切りにしたかぼちゃの角をとる



## 第57問 料理

食中毒の予防として間違っているのはどれでしょうか。

選択肢1 急いでいるので、すぐに調理を始める

選択肢2 肉や魚はしっかり加熱する

選択肢3 ふきんやまないたを殺菌する

## 第58問 料理

さばのみそ煮を作ります。料理の本に「落としふたをして弱火で煮ます」と書いてありました。落としふたとはなんでしょうか。

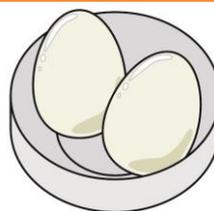
選択肢 1	なべにふたをする
選択肢 2	なべのふたを一度床におとしてから、ふたをする
選択肢 3	なべよりも一回り小さいふたをする

## 第59問 料理

電子レンジであたためてもよいものはどれでしょうか。

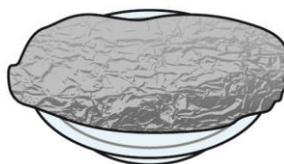
選択肢1

ゆでたまご



選択肢2

アルミホイルにくるんだ焼き芋



選択肢3

陶器の皿にいれた煮物



## 第60問 料理

炊飯器で米をたきます。おいしく炊く方法として間違っているのはどれでしょうか。

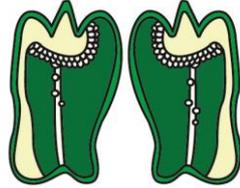
- |       |                            |
|-------|----------------------------|
| 選択肢 1 | ボールにいれた米をぬかを落とすため手早く洗う     |
| 選択肢 2 | 洗った米はすぐ炊飯する                |
| 選択肢 3 | 炊きあがったごはんをしゃもじで上下に返すようにほぐす |

## 第61問 料理

ピーマンと肉を炒めます。ピーマンの切り方として正しいのはどれでしょうか。

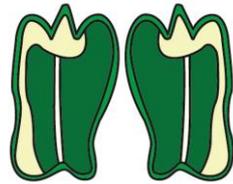
選択肢 1

縦に半分に切って、手で押さえながら細く切る。



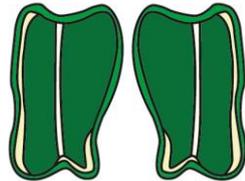
選択肢 2

縦に半分に切って、種を取り出してから、手で押さえながら細く切る。



選択肢 3

縦に半分に切って、種を取り出し、へたをとってから、手で押さえながら細く切る。



## 第62問 料理

きゅうりの酢の物を作ります。料理の本に「塩もみしましょう」と書いてありました。塩もみのやり方として正しいのはどれでしょうか。

選択肢1	輪切りにしたきゅうりに全体的に塩をかける
選択肢2	輪切りにしたきゅうりに塩をかけ、全体をまぜあわせて、しんなりするまでおき、そのまま使う
選択肢3	輪切りにしたきゅうりに塩をかけ、全体をまぜあわせて、しんなりするまでおき、水気をしぼる

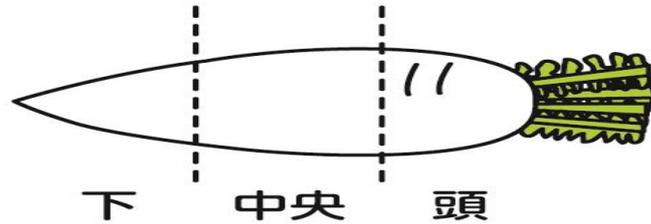
## 第63問 料理

レタスのサラダをつくります。パリッとしたサラダにするために気を付けることはなんですか。

- |      |                           |
|------|---------------------------|
| 選択肢1 | レタスは洗ったらすぐに使う             |
| 選択肢2 | レタスは水気を切らずに使う             |
| 選択肢3 | レタスは洗ったあと水につけてから、水気をきって使う |

## 第64問 料理

大根どの部分をどの料理に使うとよいでしょう。組み合わせとして正しいものを選んでください。



選択肢1	頭 大根おろし 中央 にももの 下 おみそ汁の具
選択肢2	頭 おみそ汁の具 中央 大根おろし 下 煮物
選択肢3	頭 煮物 中央 おみそ汁の具 下 大根おろし

## 第65問 料理

里いもの煮ものを作ります。里いものぬめりをとるためにするとよいことはどれでしょうか。

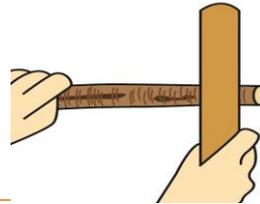
選択肢1	皮がついた状態でしっかりと洗う
選択肢2	皮を厚めにむく
選択肢3	たけぐしを通るようになるまでゆでてから水で洗いながす

## 第66問 料理

きんぴらごぼうを作ります。料理の本に「ごぼうをささがきにします」と書いてありました。ささがきとして正しいのはどれですか。

選択肢 1

ごぼうを包丁の柄で軽くたたいて、繊維を絶つ



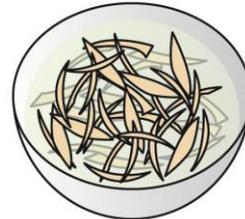
選択肢 2

ごぼうをえんぴつを削るように削ぐ



選択肢 3

ごぼうを酢水にさらす



## 第67問 料理

エビチリを作ります。エビの調理方法として正しいのはどれでしょうか。

- |       |                             |
|-------|-----------------------------|
| 選択肢 1 | 買ってきたエビを水につけておく             |
| 選択肢 2 | 買ってきたエビを洗って殻をむく             |
| 選択肢 3 | 買ってきたエビを洗って殻をむき、背中の黒っぽい筋をとる |

## 第68問 料理

筑前煮を作ります。こんにゃくに味をしみこませる方法として正しいものはどれですか。

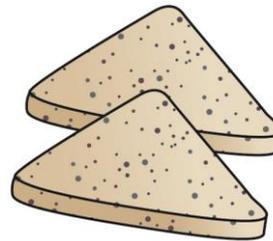
選択肢1

こんにゃくを手でちぎっている



選択肢2

こんにゃくをきれいに三角形に切る



選択肢3

こんにゃくを一度下ゆでしてから、煮込む

## 第69問 料理

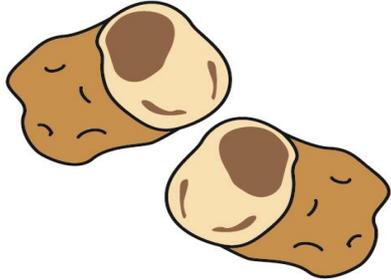
サンドイッチの具にツナの缶詰を使います。正しい使い方はどれですか。



- |       |                             |
|-------|-----------------------------|
| 選択肢 1 | ツナ缶のオイルごとマヨネーズと混ぜ合わせる。      |
| 選択肢 2 | ツナ缶のオイルをきって、マヨネーズと混ぜ合わせる。   |
| 選択肢 3 | ツナ缶を開ける前に、ツナとオイルが混ざるようによく振る |

## 第70問 料理

肉じゃがを作ろうと、じゃがいもをむいて切っているうちに、最初に切ったじゃがいもが茶色になってきてしまいました。じゃがいもが変色しないようにするにはどうしたらいいでしょうか。



選択肢1 塩をまぶす

選択肢2 切ったじゃがいもを水につけておく

選択肢3 じゃがいもが変色するのを止めることはできない

## 第71問 料理

半熟卵を作ります。お湯が沸騰してから何分間ゆでるとよいでしょうか。

選択肢1	5分間
選択肢2	10分間
選択肢3	15分間

## 第72問 料理

3人のお客様に緑茶を入れます。どのように入れたらいいでしょう。

選択肢1	きゅうすに人数分の茶葉をいれ、お湯を注いですぐに、1杯ずつ8分目になるまで、茶わんに3つ入れる。
選択肢2	きゅうすに人数分の茶葉をいれ、お湯を注いでしばらくおいてから、1杯ずつ8分目になるまで、茶わん3つ入れる。
選択肢3	きゅうすに人数分の茶葉をいれ、お湯を注いでしばらくおいてから、3つの茶わんに少しずつ順番につぎ分けながら、8分目になるまで入れる。

### 第73問 料理

ハンバーグを作ります。材料は、ひき肉、たまねぎ、卵、塩、こしょうと何が必要でしょうか。

選択肢1	小麦粉
選択肢2	パン粉
選択肢3	かたくり粉

## 第74問 料理

豚肉のしょうが焼きをつくります。豚肉にしょうがのしぼり汁をしばらくつけてから焼きますが、しょうが汁につけて焼くことでどんな効果があるでしょうか。

選択肢1	肉が縮みにくなる
選択肢2	肉のタンパク質を吸収しやすくする
選択肢3	肉が柔らかくなる

## 第75問 料理

親子どんぶりを作ります。たれの比率はどれでしょうか。

選択肢1      だし汁 1:しょうゆ 1:みりん 1

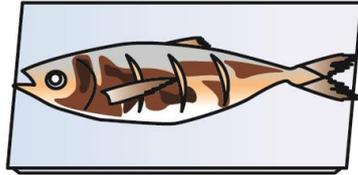
選択肢2      だし汁 4:しょうゆ 1:みりん 1

選択肢3      だし汁 2:しょうゆ 2:みりん 1

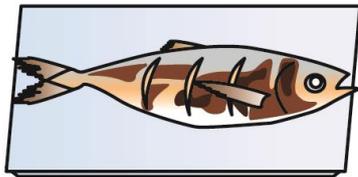
## 第76問 料理

魚を焼きました。皿にどのように盛り付けるとよいでしょうか。

選択肢 1



選択肢 2



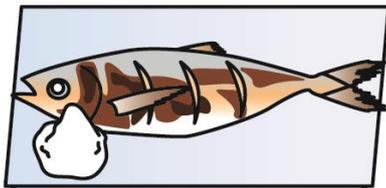
選択肢 3



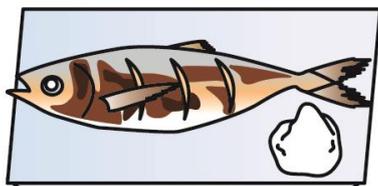
## 第77問 料理

魚を焼きました。付け合せの大根おろしはどこに盛り付けるとよいでしょうか。

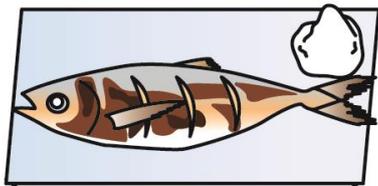
選択肢 1



選択肢 2



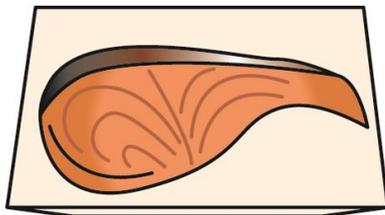
選択肢 3



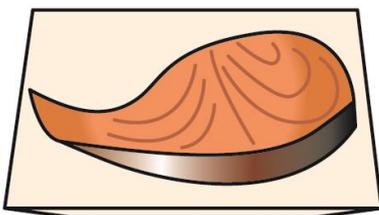
## 第78問 料理

サケの切り身を盛り付けます。皿にどのように盛り付けるとよいでしょうか。

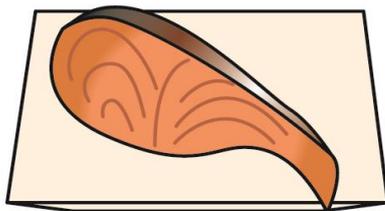
選択肢 1



選択肢 2



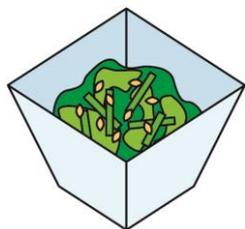
選択肢 3



## 第79問 料理

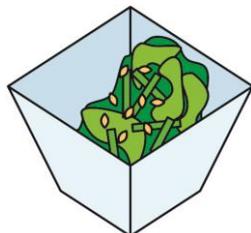
小鉢にほうれんそうのごまあえを盛り付けます。どのように盛り付けるとよいでしょうか。

選択肢1



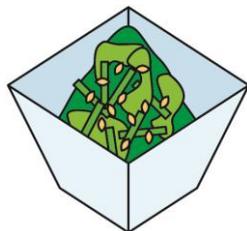
全体に平均的に盛る

選択肢2



右側を高く盛る

選択肢3

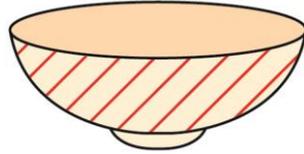


真ん中を高く盛る

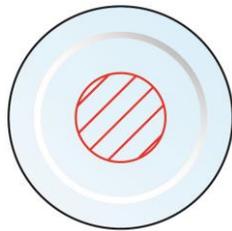
## 第80問 料理

皿を洗う時に、特に汚れを見落としがちな部分はどこでしょうか。

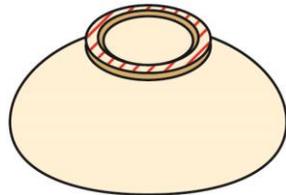
選択肢 1



選択肢 2

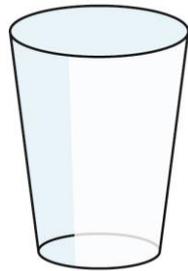


選択肢 3



## 第81問 料理

洗ってしまったガラスのコップが白く曇っていました。原因は为什么呢。



選択肢1 水アカ

選択肢2 手の油

選択肢3 ビールの泡

## 第82問 料理

台所にあるこの器具はどんなときに使うでしょうか。



- |       |           |
|-------|-----------|
| 選択肢 1 | 天ぷらを揚げる   |
| 選択肢 2 | じゃがいもをつぶす |
| 選択肢 3 | 煮物のあくを取る  |

## 第83問 料理

台所にあるこの器具はどんなときに使うでしょうか。



- |       |           |
|-------|-----------|
| 選択肢 1 | 人参の皮をむく   |
| 選択肢 2 | 野菜くずを集める  |
| 選択肢 3 | 缶詰のふたを開ける |

## 第84問 料理

スーパーで買ってきた茄子は、どのように保存すると長持ちするでしょう。

- |      |                      |
|------|----------------------|
| 選択肢1 | ビニールをとって冷蔵庫に入れる      |
| 選択肢2 | 新聞紙に包んで、風通しのよいところに置く |
| 選択肢3 | そのまま冷凍する             |

## 第85問 料理

賞味期限と消費期限の説明で正しいものはどれでしょうか。

選択肢1	賞味期限…おいしく食べられる期限 消費期限…安心して食べられる期限
選択肢2	賞味期限…安心して食べられる期限 消費期限…おいしく食べられる期限
選択肢3	賞味期限…加工食品を安心して食べられる期限 消費期限…加工食品以外の食品を安心して食べられる期限