

はるその★常北高校

スリランカ料理の調理実習

12月2日

3年生の選択授業「フードデザイン」で、スリランカ料理の調理実習を行いました。スリランカ出身のチャミラ・ジャイスーリアさんを講師にお招きし、チャミラさんが持参してくれた普段見慣れないたくさんのスパイスの説明を聞きながら、実際にスリランカの家料理を作りました。



当日のメニュー

スリランカ風混ぜご飯 数種類のスパイスとバターを入れてサフランライスを炊きました。細かく刻んだチキン、にんじん、たまねぎ、長ねぎ、キャベツを炒め、それとサフランライスを混ぜ、仕上げに卵を入れます。卵は溶かす、割って直接フライパンに入れるのがスリランカ風！

スリランカ風ポテトカレー ココナツミルクの中でじゃがいも、にんにく、たまねぎをコトコト煮る作り方にびっくり！スパイスの香り高くエスニックな雰囲気がいっぱいでしたが、あまり辛くなくマイルドな味でした。

どちらもとても美味しかったです！



バイク安全教室

11月19日



笠間警察署交通課と茨城県警交通機動隊の皆さんのご協力により、バイク安全教室を実施しました。今年度より全校生徒が対象となり、デモンストレーション走行を行いながら交通事故防止や交通マナー、安全な運転方法などについて学びました。

異文化体験講座

12月8日



茨城大学から韓国・ベトナム・中国出身の留学生を招き、異文化体験講座を行いました。3年生が4つの班に分かれ、それぞれの国の文化に直接触れることにより、視野を広げました。

部活動がんばってます！

11月13日 **囲碁部** 茨城県高等学校囲碁秋季大会個人Bリーグ優勝 舟橋 優希(1年 常北中出身)
11月14日 **ボクシング部** ボクシング茨城県選手権大会 ライト級優勝 菊池 章吾(2年 常北中出身)

問合せ 常北高校 (城里町春園1634) ☎029-288-2028 [HP] <http://www.johoku-h.ed.jp/>