

让我们一起尝试做日本的盒饭吧！



做盒饭时最重要的是，要在营养平衡和色彩装饰方面下一番功夫，让我们一起努力吧！

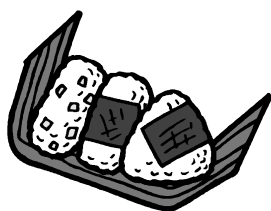


这样做出的盒饭即可爱，孩子们吃起来也非常高兴！比如，用小刀在煮好的鸡蛋上切出锯齿形，鸡蛋分为两半就成花型了。还有，将香肠的一端切出几个口，然后炒一会儿，豁口会卷起来，有趣的“章鱼香肠”也就做好了。此外，小西红柿和绿色花菜等也是为盒饭添彩润色的好材料。但是应该注意盒饭做好以后不要趁热盖盖儿，要等完全凉却以后盖好。这样做是为了防止里面的菜变质，特别是在夏季，大家应该小心点。



介绍几道简单的菜谱

1. 饭团



米饭按照日本的做法，将米洗好后不要炒，直接放入电饭锅里做好。

下一步用水把两只手弄湿，然后在手掌上面洒少许的盐，再把可以用手握起的米饭放在左手上，这时的右手呈山形，将饭团的一角朝上向跟前这个方向一边转一边捏。同时用手指按瘪饭团的中心。做饭团时可以在里面放梅干或者鱼松以及海带丝和咸鱼子等自己喜欢的配料。

2. 炸鸡肉

将鸡肉切成块（大小一口可吃下），然后用酱油/生姜/料酒/盐/胡椒等腌一下，最后撒上团粉拌均匀后用油来炸，火候炸到焦黄即好。

3. 鸡蛋卷

在鸡蛋里放入适量的盐、砂糖、酱油或调味汤汁，然后搅拌均匀。将平底锅里倒入油加热后放鸡蛋，再用筷子轻轻搅拌，等到呈半熟状态后往跟前这个方向卷起来。将卷好的鸡蛋移动到平底锅相反的那边，然后将剩下的鸡蛋放进去，再往跟前方向卷起来就做好了。最后根据需要切成适当的大小就可以吃了。卷的时候还可以在面里夹上香肠或火腿肠等也很好吃啊。



4. 火腿肠卷芦笋

先将芦笋用开水煮一下，然后晾凉，随后把火腿肠摊开，再把两根芦笋放在上面卷起来，最后切成一半用牙签穿好就做好了。

5. 炒菠菜

把菠菜洗好以后切成段，然后用黄油来炒，最后加适量的盐、胡椒等佐料调味就做好了。

从4月开始，日本的学校开始新年度！

日本的学校新学期从4月份开始。这个时期学校给学生家里发各种各样的书面通知，让学生拿回家给父母看。其中有《个人调查表》、《健康问诊表》、以及《教材费支付单》和学校各种活动等重要通知。因为很多通知都有提交期限，如果内容上有不明白的地方，请一定向别人询问清楚。

此外，在学校孩子们要接受各种健康检查。如：“测定身体/内科检查/眼科检查/耳鼻科检查/牙科检查/心脏检查”等等。其中验便/验尿/蛔虫检查等都需要在家

里做准备。

还有，新的学期要由家长和班主任挑选一个合适的日子进行“家庭访问”。家访是家长和班主任相识的好机会，可以相互商谈了解孩子在家里和在学校的详细情况。如果在教育孩子方面有什么不安，请尽管和老师商谈。

