



Jamaican

Let's Try!

Boiled Dumplings

[INGREDIENTS]

2 cups of all purpose flour

1 teaspoon of salt

1 cup of water

[材料]

こむぎこ はくりきこ
小麦粉(薄力粉)・・・2カップ

塩(しお)・・・小さじ1

水・・・1カップ

●準備● Fill a medium size pan with 4 cups of water.

(なべに水を4カップ入れる)

(1) Put two cups of flour in a bowl. (ボウルに小麦粉2カップを入れる)

(2) Add 1 teaspoon of salt and mix with a fork.

(塩小さじ1を入れ、フォークで混ぜる)

(3) Add half a cup of water. (水½カップを入れ、混ぜる)

(4) Add half a cup of water again. (残りの水½カップを入れ、混ぜる)

(5) Use your hand and make dumplings. (手を使って丸める)

(6) Boil the water and boil dumplings for 20 minutes.

(お湯をわかし、20分ゆでる)

★ Let's eat with curry! (カレーと一緒に食べてみよう!)

ジャマイカではダンプリングは
カレーの他にも色々なおかずと
一緒に食べるよ!
どんなものと一緒に
食べるのか調べてみよう!



詳しい作り方は那須塩原市公式YouTubeチャンネルをチェック!!

<https://www.youtube.com/user/nasushiobaracity>

那須塩原市学校教育課英語教育推進班 0287-37-5349