

納豆の天ぷら

材料

- 納豆・・・・・・・・・・3P
- 卵・・・・・・・・・・1個
- ニラ・・・・・・・・・・1束
- 小麦粉・・・・・・・・・・大さじ3
- CAファイバー・小さじ1
- 揚げ油



作り方

1. ニラは1cm位に切っておく
2. ボールに納豆と納豆に付いているだし汁・卵・1.のニラ・CAファイバー・小麦粉をいれたら、よくかき混ぜる。
3. 揚げ鍋の油が熱くなったら、大さじにネタをすくい、平らになるように入れ、揚げていきます。

納豆のタレで味はしっかりしているし、CAファイバーを入れていたので、フワフワの天ぷらです。

CAファイバーは、山芋を入れたようにフワフワやわらかになるし・カルシウムがたっぷりとれるので最高 おやつ感覚でいくらでも食べられます。

納豆もニラの健康によいでしょう。(私は血圧が少し高いかなと思ったら、なっとうの天ぷらを作ります)



Word 2007

ワードにて (レシピ作成) で学ぶ事柄

1. ページ設定 (用紙・余白・印刷方向)
2. 段落記号
3. 文字入力
4. 文字の (種類・サイズ・太字)
5. 写真の挿入

挿入した写真を (移動・拡大・縮小)

ワードでレシピを作ってみましょう

1.  をダブルクリックしてワードを起動します。

2. ページ設定
- ①用紙の設定「ページレイアウト」「サイズ」「A4」を順にクリックしていきます
 - ②余白の設定「ページレイアウト」「余白」「標準」を順にクリック
 - ③印刷方向「ページレイアウト」「印刷方向」「縦」を順にクリック



3.段落記号を用紙の末尾まで浸けておきましょう。



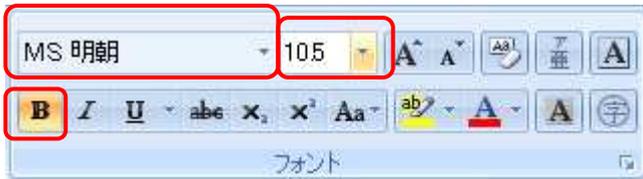
「ホーム」「段落記号の表示・非表示」を「表示」にしておきます。
最初にカーソルを置き、エンターキーを押します。

右図のようになります 

4. 「納豆の天ぷら」から最後まで、サンプルを見ながら入力します。
箇条書きしたくないときは「Shift」を押して「Enter」で改行

レ
シ
ピ
の
タ
イ
ム
は
約
1
5
分
か
か
る
と
思
い
ま
す

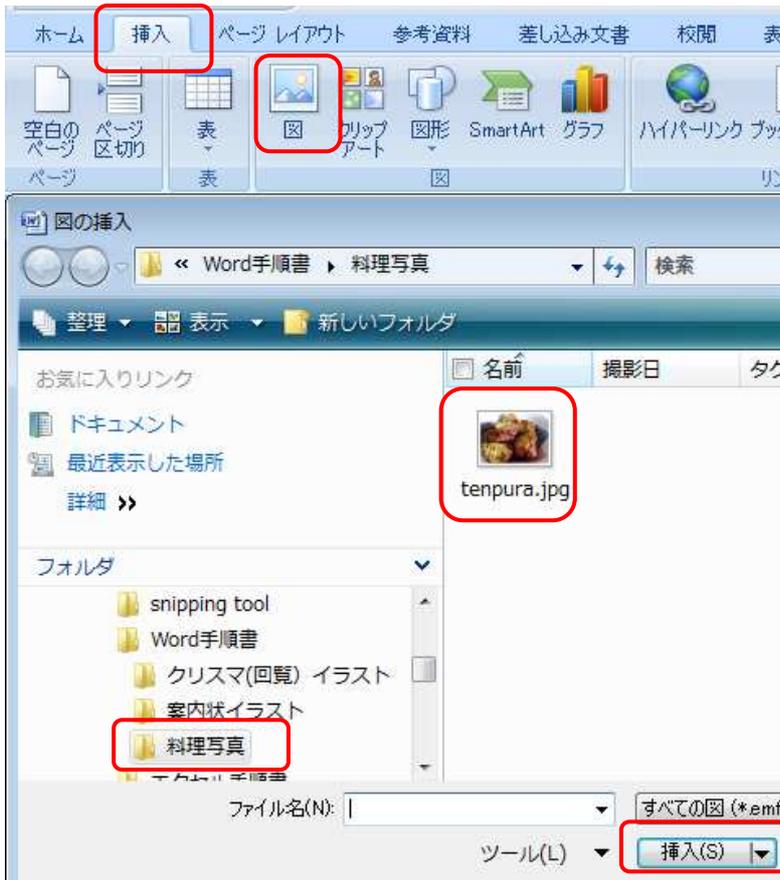
5. 「納豆の天ぷら」はフォントMS明朝・サイズ（18）・太字に変えます。



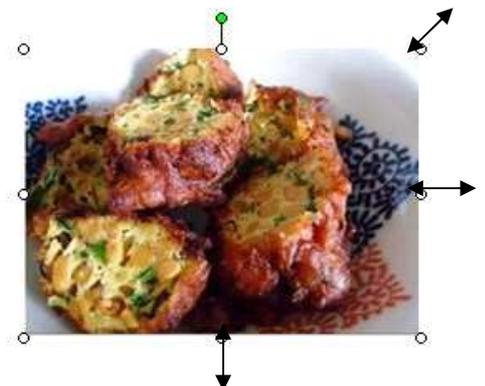
6. 後の文字は全部選択して、フォントはMS明朝・サイズ（12）に変えましょう。

7. 写真を挿入します。 挿入・図・ファイル・（ピクチャー・デスクトップ・リムーバブルディスクの写真が保存してあるファイル）を「開く」をクリック・「挿入したい写真」をクリック・「挿入」で写真が挿入されました。

ご自分の写真を保存しているところまで、たどり着くように頑張ろう



8. 画像の周りが■では移動できません。「文字列の折り返し」▼をクリック  「前面」にしておきます。大きさを変更 図の角の斜め矢印では shift を押しながら外に引くと大きく・内に引くと小さくなります。縦・横均等になります。横矢印は横のみ・縦矢印は縦のみ。角にマウスを近づけると矢印が出てきます。



9. 好きな場所に移動したら出来上がりです

