

にほん べんとう つく
日本のお弁当を作ってみた!

ぶんしやう
 文章：メイ メアリ レビラさん (フィリピン)



Noong Linggo, Abril 24 ay lumahok ako sa kaganapan ng "Lets Make Japanese Bento! sa Tsubaki Kaikan na gusali. Natutunan ko kung paano gumawa ng Japanese Bento kasama ng mga tao mula sa iba't ibang bansa.

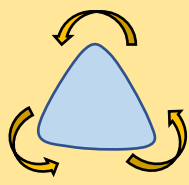
がつ にち にち わたし かいかん にほん べんとう つく さんか
 4月24日(日), 私はつばき会館で「日本のお弁当を作ろう!」というイベントに参加しました。いろいろ
 くに ひと べんとう つく かた べんきやう
 な国の人と、弁当の作り方を勉強しました。

つく かた
おにぎりの作り方

さら しお
 皿にラップをして、塩をかけ
 る。上にご飯と具(梅干しや昆
 ぶ など)をおく。



ラップで包んで、手の上で転が
 しながら、三角形にする。



ラップを開けて、海苔を巻いた
 ら、できあがり!



Gumawa Ako ng Rice Ball Roll Omelette, renkon no kinpira (ugat ng lotus na may halong carrots) at Sausages ng itsurang Octopus, kasama ng mga taong gumagawa sa iisang mesa. First time kong gumawa ng hugis tatsulok na Rice Ball, at nagawa ko ito ng mahusay. Maayos din at masarap ang ibang mga ulam. Mukhang maganda at masarap ang Japanese bento dahil naglalaman ito ng mga makukulay na pagkain. Ang lunch box ng Pilipinas ay naglalaman ng sinangag, sausage, nuggets, pritong isda, Spring Rolls at iba pa.

わたし おな ひと
 私は同じテーブルのひと、おにぎり、
 たまご や かたち
 卵焼き、レンコンのきんぴら、タコの形
 のソーセージを作りました。私は三角形
 のおにぎりを作るのは初めてですが、上手
 にできました。他のものも上手にでき、
 おいしかったです。日本の弁当は、色とり
 どりの食べ物が入っているので美しく、
 おいしそうに見えます。フィリピンのお弁
 とう ちゃーはん さかな
 当は炒飯や、ソーセージ、ナゲット、魚
 のフライ、春巻きなどが入っています。



Ang tag-araw ng Hapon ay sobrang mahalumigmig at mainit, kaya madaling dumami ang bacteria na nagdudulot ng food poisoning. Kapag gumagawa ng bento, mahalagang hugasan nang maigi ang iyong mga kamay. Mahalaga rin na painitin nang mabuti ang pagkain, at hayaang lumamig bago isara ang takip ng bento box. Napakasayang gumawa at kumain ng makulay na Japanese bento.

にほん なつ しつど たか あつ しょくちゅうどく きん ぶ
日本の夏は湿度が高く、暑いので、食中毒の菌が増えやすい
です。弁当を作る時は手をよく洗います。食べ物をよく熱するこ
と、そして、冷めてから弁当箱のふたをすることも大切です。カラ
フルな日本の弁当は、作るのも食べるのも楽しかったです。



しょくちゅうどく たいせつ きん
食中毒にならないために大切なことは、菌を…

★つけない ★ふやさない ★やっつける

のうりんすいさんしょう み
農林水産省のWEBページを見よう!

<https://www.maff.go.jp/j/syouan/seisaku/foodpoisoning/kodomo.html>



I've never made a Bento or even cooked Japanese food before cooking with everyone today. In the UK we are used to packed lunches with sandwiches and small snacks like potato chips and chocolate but I think bento boxes are much healthier and tastier. We made many things I've never seen before in the class such as onigiri, fish cake bunnies and tamagoyaki. It was fun cutting the fishcake to look like bunnies with my friends and making the different layers of the tamagoyaki. They also were able to find halal and vegetarian options so that everyone could take part! I used halal chicken in my bento! I think in the end the bento look amazing and taste great! They have a unique taste compared to the lunchboxes we have in the UK so I would definitely recommend making your own!



サワディン モハメド さん (イギリス)



ぼく さんか べんとう にほんしょく つく
僕はこのイベントに参加するまでは、弁当も日本食も作ったことがあ
りませんでした。イギリスの昼食は、サンドイッチと、ポテトチップス
やチョコレートなどが多いですが、日本の弁当の方が体に良く、美味し
いと思います。イベントでは、おにぎりや、かまぼこで作ったウサギ、卵
焼きなど、見たことのない、色々なものを作りました。友達と一緒にか
まぼこをウサギの形に切り、卵を何回も重ねて焼くのはとても楽しか
ったです。誰もがイベントを楽しむことができるように、ハラルやベジタ
リアンのための食べ物が用意されていて、僕はハラルチキンを自分の
弁当に入れました。できあがった弁当は見た目も味も最高でした！イギ
リスの昼食と比べると、日本の弁当は味も独特です。みなさんも作っ
てください！

