

LESSON NOTES

Lower Intermediate S2 #2

Recipe - Niku Jaga

CONTENTS

- 2 Kanji
- 3 Kana
- 5 Romanization
- 7 English
- 9 Vocabulary
- 11 Sample Sentences
- 12 Grammar

2

KANJI

1. ジェーポッド・ワンオーワンのクッキング・ワンオーワンへようこそ！
2. 今日は、シェフごんざえもんさんの人気メニュー「肉じゃが」を作しましょう！こちらは、ご家庭でもよく作られるお料理で、とってもオイシイですよ！
3. 材料: (2人分)
4. ・牛肉（薄切り）: 150g
5. ・じゃがいも: 2個
6. ・たまねぎ: 2個
7. ・にんじん: 1本
8. ・かつお節: およそ一握り程度
9. ・醤油: 大さじ2杯
10. ・酒: 大さじ2杯
11. ・みりん: 大さじ1杯
12. ・砂糖: 大さじ1/2杯
13. ・油: 大さじ1杯
14. 作り方: .
15. 1. まず、だしをとります。水2カップをなべに入れて沸騰させます。そこに、かつお節を一握り程度入れて、1分程度煮立たせてから、かつお節をすくい取ります。

CONT'D OVER

16. 2. 次に、材料の下準備をします。牛肉を3-4cmの長さに切ります。じゃがいもは皮をむいて4つ程度に切り、水にさらしておきます。たまねぎは8つ程度のくし型に切ります。にんじんは、一口大の乱切りにします。
17. 3. なべに油を入れて熱してから、牛肉を入れて炒めます。肉の色が変わったら、じゃがいもの水を切って加え、次に、たまねぎとにんじんも加えて少し炒めます。
18. 4. 次に、1でとっただし汁を加えて沸騰させます。アクが出ますので、それをお玉ですくって取ります。それから、醤油、酒、みりん、砂糖を加え、落しぶたをして、中火で15分-20分程度煮ます。
19. 5. 材料がやわらかくなったら、味見をして、調味料を少し加えて調整して、出来上がりです。
20. 一口メモ: .
21. ・だし汁は、顆粒のだしの素を使ってもいいです。ステップ4で、だし汁の代わりに水を入れて、だしの素を加えればOKです。
22. ・じゃがいもは、煮崩れしやすいので、面取りをするといいでしょう。面取りとは、じゃがいもの切り口の角を薄くそぎとることです。
23. ・落しぶたは、鍋の直径よりひとまわり小さいふたで、材料の上に直接のせて使うふたです。これをすると、味がしみこみやすくなります。
24. 肉じゃがは、お袋の味として多くの日本人に親しまれています！是非、挑戦してみてください。

KANA

1. ジェーポッド・ワンオーワンのクッキング・ワンオーワンへようこそ！

CONT'D OVER

2. こんにちは、シェフごんざえもんさんのにんきメニュー「にくじゃが」をつくりましょう！こちらは、ごかていでもよくつくられるおりょうりで、とってもオイシイですよ！
3. ざいりょう: (ふたりぶん)
4. ・ぎゅうにく (うすぎり) :150g
5. ・じゃがいも: 2こ
6. ・たまねぎ: 2こ
7. ・にんじん: 1ほん
8. ・かつおぶし: およそひとにぎりていど
9. ・しょうゆ: おおさじ2はい
10. ・さけ: おおさじ2はい
11. ・みりん: おおさじ1はい
12. ・さとう: おおさじ1/2はい
13. ・あぶら: おおさじ 1はい
14. つくりかた: .
15. 1. まず、だしをとります。みず2カップをなべにいれてふっとうさせます。そこに、かつおぶしをひとにぎりていどいれて、1ぶんていどにたたせてから、かつおぶしをすくいとります。

CONT'D OVER

16. 2. つぎに、ざいりょうのしたじゅんびをします。ぎゅうにくを3-4cmのながさにきりま
す。じゃがいもはかわをむいて4つていどにきり、みずさらしておきます。たまねぎは
8つていどのくしかたにきります。にんじんは、ひとくちだいのらんきりにします。
17. 3. なべにあぶらをいれてねっしてから、ぎゅうにくをいれていためます。にくのいろが
かわったら、じゃがいものみずをきってくわえ、つぎに、たまねぎとにんじんもくわえて
すこしいためます。
18. 4. つぎに、1でとっただしじるをくわえてふっとうさせます。アクがでますので、それを
おたまですくってとります。それから、しょうゆ、さけ、みりん、さとうをくわえ、おと
しぶたをして、ちゅうびで15ぶん-20ぶんていどにます。
19. 5. ざいりょうがやわらかくなったら、あじみをして、ちょうみりょうをすこしくわえて
ちょうせいして、できあがりです。
20. ひとくちメモ: .
21. ・だしじるは、かりゅうのだしのもとをつかってもいいです。ステップ4で、だしじるの
かわりにみずをいれて、だしのもとをくわえればOKです。
22. ・じゃがいもは、にくすれしやすいので、めんとりをするといいでしょう。めんとりと
は、じゃがいものきりくちのかくをうすくそぎとることです。
23. ・おとしぶたは、なべのちょっけいよりひとまわりちいさいふたで、ざいりょうのうえに
ちよくせつのせてつかうふたです。これをすると、あじがしみこみやすくなります。
24. にくじゃがは、おふくろのあじとしておおくのにほんじんにしたまわれています！ぜひ、
ちょうせんしてみてください。

ROMANIZATION

CONT'D OVER

1. Jpod101 no kukkingu101 e yōkoso!
2. Konnichiwa, shiefu Gonzaemon-san no ninki menyū (niku jaga) o tsukurimashō! Kochira wa, go-katei de mo yoku tsukurareru o-ryōri de, tottemo oishii n desu yo!
3. ZAIRYŌ: (futari bun)
4. . GYŪNIKU 150g
(USUGIRI):
5. . JAGAIMO: 2 ko
6. . TAMANEGI: 2 ko
7. . NINJIN: 1 hon
8. . KATSUOBUSHI: oyoso hito nigiri teido
9. . SHŌYU: ōsaji 2 hai
10. . SAKE: ōsaji 2 hai
11. . MIRIN: ōsaji 1 pai
12. . SATŌ: ōsaji 1/2 pai
13. . ABURA: ōsaji 1 pai
14. TSUKURIKATA: .
15. 1. Mazu, dashi o torimasu. Mizu 2 kappu o nabe ni irete futtō sasemasu. Soko ni, katsuobushi o hito nigiri teido irete, 1 pun teido ni tatasete kara, katsuobushi o sukui torimasu.

CONT'D OVER

16. 2. Tsugi ni, zairyō no shitajunbi o shimasu. Gyūniku o 3-4cm no nagasa ni kirimasu. Jagaimo wa kawa o muite 4 tsu teido ni kiri, mizu ni sarashite okimasu. Tamanegi wa 8 tsu teido no kushi-gata ni kirimasu. Ninjin wa, hitokuchi dai no rangiri ni shimasu.
17. 3. Nabe ni abura o irete neshite kara, gyūniku o irete itamemasu. Niku no iro ga kawatta ra, jagaimo no mizu o kitte kuwae, tsugi ni, tamanegi to ninjin mo kuwaete sukoshi itamemasu.
18. 4. Tsugi ni, 1 de totta dashijiru o kuwaete futtō sasemasu. Aku ga demasu node, sore o otama de sukutte torimasu. Sore kara, shōyu, sake, mirin, satō o kuwae, otoshibuta o shite, chūbi de 15 fun - 20 fun teido nimasu.
19. 5. Zairyō ga yawarakaku natta ra, ajimi o shite, choōmiryō o sukoshi kuwaete chōsei shite, dekiagari desu.
20. HITOKUCHI .
MEMO:
21. . Dashijiru wa, karyū no dashi no moto o tsukatte mo ii desu. Suteppu 4 de, dashijiru no kawari ni mizu o irete, dashi no moto o kuwaereba OK desu.
22. . Jagaimo wa, ni kuzure shiyasui node, mentori o suru to ii deshō. Mentori to wa, jagaimo no kirikuchi no kado o usuku sogi toru koto desu.
23. . Otoshibuta wa, nabe no chokkei yori hitomawari chiisai futa de, zairyō no ue ni chokusetsu nosete tsukau futa desu. Kore o suru to, aji ga shimikomi yasuku narimasu.
24. Nikujaga wa, ofukuro no aji toshite ōku no nihonjin ni shitashimarete imasu! Zehi, chōsen shite mite kudasai.

ENGLISH

1. JPOD: Welcome to Cooking 101 brought to you by JapanesePod101.

CONT'D OVER

2. Today, we're going to make Chef Gozaemon's popular dish called "Niku Jaga" ("Niku" means meat, and "jaga" is short for "jagaimo" which means potato)
3. INGREDIENTS: (for 2 servings)
4. -BEEF (THIN-SLICED): 150 grams
5. -POTATO: two
6. -ONIONS: two
7. -CARROTS: one
8. -BONITO FLAKES: about one handful
9. -SOY SAUCE: two tablespoons
10. -SAKE: two tablespoons
11. -SWEET COOKING RICE WINE: one tablespoon
12. -SUGAR: half a tablespoon
13. -COOKING OIL: one tablespoon
14. STEPS: .
15. 1. First, you make the dashi. You can do this by boiling two cups of water in a pot. Add one handful of bonito flakes and boil it for about a minute, then take out the bonito flakes. (The remaining flavored water is considered "dashi" which is used for many Japanese dishes.)

CONT'D OVER

16. 2. Then you prepare the ingredients. Cut beef into lengths of 3 to 4 cm. Peel the potatoes, cut them into fours and let them sit in water. Cut onions into eight pieces in comb shapes. Carrots should be cut into bite-size chunks.
17. 3. When the frying pan is heated, add cooking oil and sautee the beef. When the meat changes colors, add potatoes (make sure they're not dripping wet), then add onions and carrots.
18. 4. Add the dashi made in step 1 into the pot and let the contents boil. Skim the scum created from boiling potatoes and other ingredients. Then add soy sauce, sake, sweet cooking rice wine, and sugar. Place a light lid directly on the contents and boil for about 15 to 20 minutes in medium heat.
19. 5. When the ingredients become soft, taste it and add condiments as needed. And it's done.
20. TIPS:
21. - Dashi can be made from powdered dashi mix. In that case, you can add water instead of dashi in step 3 and add the powdered dashi mix.
22. - Potatoes can easily lose shape or dissolve under heat, so it would be good to cut off the edges.
23. - The light lid in step 4 should be a bit smaller than the diameter of the pot, and placed directly on top of the boiled ingredients. This makes it easier for the taste to soak into the ingredients.
24. "Niku jaga" is loved by most Japanese as a popular "Mom's dish." Please try it out.

VOCABULARY

Kanji	Kana	Romaji	English
肉じゃが	にくじゃが	niku jaga	(simmered) meat and potatoes

くし型	くしがた	kushi gata	wedge-shaped
乱切り	らんぎり	rangiri	chopping (vegetables) into chunks
炒める	いためる	itameru	to stir-fry
水を切る	みずをきる	mizu o kiru	to drain
あく	あく	aku	harsh taste
お玉	おたま	otama	ladle
味見	あじみ	ajimi	tasting
調味料	ちょうみりょう	chōmiryō	condiment, seasoning
顆粒	かりゅう	karyū	granule
だしの素	だしのもと	dashi no moto	instant bouillon
煮崩れ	にくずれ	nikuzure	to be mushy
面取り	めんとり	mentori	chamfering
切り口	きりくち	kirikuchi	cut end
そぎとる	そぐ	sogu	to slice off
直径	ちょっけい	chokkei	diameter
一回り小さい	ひとまわりちいさい	hitomawari chiisai	slightly smaller
お袋の味	おふくろのあじ	ohukuro no aji	mother's cooking
水にさらす	みずにさらす	mizu ni sarasu	to immerse ~ in water
むく	むく	muku	to peel, to skin
牛肉	ぎゅうにく	gyūniku	beef
薄切り	うすぎり	usugiri	thin slice, slicing thin
じゃがいも	じゃがいも	jagaimo	potato
たまねぎ	たまねぎ	tamanegi	onion
にんじん	にんじん	ninjin	carrot
かつお節	かつおぶし	katsuobushi	dried bonito

みりん	みりん	mirin	Japanese sweet rice wine for cooking
砂糖	さとう	satō	sugar
油	あぶら	abura	oil
一握り	ひとにぎり	hitonigiri	small handful
程度	ていど	teido	degree, about
だし	だし	dashi	broth
沸騰	ふっとう	futtō	boiling
煮立つ	にたつ	nitatsu	to boil or simmer
すくい取る	すくいとる	sukui toru	to scoop
下準備	したじゅんび	shita junbi	preliminary arrangements
皮	かわ	kawa	skin
親しむ	したしむ	shitashimu	to be fond of, to get close

SAMPLE SENTENCES

<p>スープの味見をしたら、味が薄かったので、塩を足した。 <i>Sūpu no ajimi o shitara, aji ga usukatta node, shio o tashita.</i></p> <p>When I tried the soup, it was bland, so I added some salt.</p>	<p>じゃがいもをゆでて、つぶします。 <i>Jagaimo o yudete tsubushimasu.</i></p> <p>Boil the potatoes and smash them.</p>
<p>にんじんは体に良い。 <i>Ninjin wa karada ni ii.</i></p> <p>Carrots are good for your health.</p>	<p>油の温度を上げてください。 <i>Abura no ondo o agete kudasai.</i></p> <p>Please heat up the oil.</p>

<p>プロの歌手になっても、有名になれるのは、一握りだ。 <i>Puro no kashu ni natte mo, yūmei ni nareru no wa, hito-nigiri da.</i></p> <p>Even if you become a professional singer, only a handful can become famous.</p>	<p>東京から北海道まで、飛行機で一時間程度かかります。 <i>Tōkyō kara Hokkaidō made, hikōki de ichi-jikan teido kakarimasu.</i></p> <p>It takes approximately one hour from Tokyo to Hokkaido by airplane.</p>
<p>お湯が沸騰しました。 <i>O-yu ga futtō shimashita.</i></p> <p>The water came to a boil.</p>	<p>わたしは、りんごの皮をむいて食べた。 <i>Watashi wa, ringo no kawa o muite tabeta.</i></p> <p>I peeled from an apple and ate it.</p>

GRAMMAR

作り方 (つくりかた) : 1. まず、だしをとります。水2カップをなべに入れて沸騰させます。そこに、かつお節を一握り程度入れて、1分程度煮立たせてから、かつお節をすくい取ります。2. 次に、材料の下準備をします。牛肉を3-4cmの長さに切ります。じゃがいもは皮をむいて4つ程度に切り、水にさらしておきます。たまねぎは8つ程度のくし型に切ります。にんじんは、一口大の乱切りにします。3. なべに油を入れて熱してから、牛肉を入れて炒めます。肉の色が変わったら、じゃがいもの水を切って加え、次に、たまねぎとにんじんも加えて少し炒めます。4. 次に、1でとっただし汁を加えて沸騰させます。アクが出ますので、それをお玉ですくって取ります。それから、醤油、酒、みりん、砂糖を加え、落しぶたをして、中火で15分-20分程度煮ます。5. 材料がやわらかくなったら、味見をして、調味料を少し加えて調整して、出来上がりです。Cooking tools: お玉 ; おたま ; ladle しゃもじ ; しゃもじ ; rice paddle フライ返し ; ふらいがえし ; Chinese turner 泡立て器 ; あわだてき ; whisk 菜箸 ; さいばし ; chopsticks for cooking まな板 ; まないた ; cutting board 包丁 ; ほうちょう ; kitchen knife すりおろし器 ; grater 鍋 ; なべ ; pan フライパン ; ; frying pan やかん ; ; kettle ボール ; ; bowl ざる ; ; strainer ふた ; ; cover, lid