

だい か ちょうり
第23課 調理2

အခန်း ၂၃ ချက်ပြုတ်ခြင်း ၂

No.	ဝေါဟာရ	စာဖတ်နည်း	ဘာသာပြန်ဆိုခြင်း	မှတ်ချက်	ဥပမာ
1	混ぜます	まぜます	ရောသည်		
2	取り除きます	とりのぞきます	ဖယ်ရှားသည်		いぶつをとり除きます。 မဆိုင်သောပစ္စည်းကို ဖယ်ရှားသည်
3	流します	ながします	ရေဆေးသည်		ようきの水を流します。 ပုံးထဲက ရေကို လောင်းချသည်။
4	ためます	ためます	ဖြည့်သည်		バケツに水をためます。 ပုံးထဲ ရေ ဖြည့်ထားသည်။
5	調味料	ちょうみりょう	ဟင်းခတ်ပစ္စည်း		
6	下処理 (します)	したしより (します)	ကြိုတင်ပြင်ဆင်(သည်)	အစားအစာကုန်ကြမ်းကို ဟင်းချက်ရန်ရည်ရွယ်ထားသောဟင်းကိုမချက်ခင် ဆေးကြောခြင်း၊ လှီးခြင်း ပြုလုပ်ထားခြင်း။	
7	熱湯	ねっとう	ရေပူ		
8	炊きます	たきます	ချက်သည်	ထမင်းချက်ခြင်းကို ဆိုသည်။ ဆန်ကိုရေစိမ်၍ ရေစုပ်သွားအောင်ပြုလုပ်ပြီးမှ အပူပေးခြင်း။	はくまいを10合炊きます。 ထမင်းဖြူကို ၁၀ခွက် ချက်သည်။
9	茹でます	ゆでます	ပြုတ်သည်	ရေနွေးပူထဲထည့်အပူပေးကာ အစားအစာကို ကျက်အောင်ပြုလုပ်ခြင်း။	サラダ用にジャガイモを茹でます。 အသုပ်အတွက် အာလူးပြုတ်သည်။
10	揚げます	あげます	ကြော်သည်/ထည့်သည်	1) ဆီပူထဲတွင် ပါဝင်သောပစ္စည်းများကိုထည့်၍ အာလူးကတ်တလစ်နှင့် အကြော်များ ပြုလုပ်ခြင်း။ 2) ရေဆေးထားသော ဟင်းချက်ပစ္စည်းနှင့် ဟင်းချက်အရည်တွင်စိမ်ထားသော ပစ္စည်းတို့ကို ရေနှင့် ဟင်းချက်အရည်ကို စစ်ရန်အတွက် ဆန်ခါတွင်ထည့်ခြင်း။	1) 衣をつけてエビを揚げます。 ကော်မှုန့်ကပ်ပြီး ပုစွန်ကြော်သည်။ 2) 水洗いした野菜をざるに揚げます。 ရေဆေးထားသောဟင်းသီးဟင်းရွက်ကို ဆန်ခါထဲထည့်သည်။
11	炒めます	いためます	ကြော်သည်	အိုးထဲ ဆီထည့်ပြီး အပူပေးကာ အပူဖြင့် ပါဝင်သောပစ္စည်းများကို အမြန်ပူပေးခြင်း။	炒め機で大量の野菜を炒めます。 ကြော်စက်ဖြင့်

だい か ちょうり
第23課 調理2

အခန်း ၂၃ ချက်ပြုတ်ခြင်း ၂

No.	ဝေါဟာရ	စာဖတ်နည်း	ဘာသာပြန်ဆိုခြင်း	မှတ်ချက်	ဥပမာ
12	煮ます	にます	ပြုတ်သည်	ရေနှင့် ဟင်းခတ်ပစ္စည်းဖြင့်ပြုလုပ်ထားသည့်အရည်တွင် ထည့်၍ အပူပေးခြင်း။	かま でじゃがいもと牛肉を煮ます。 အာလူးနှင့် အမဲသားကို အိုးထည့်ပြုတ်သည်။
13	焼きます	やきます	ကင်သည်	ဒယ်အိုးနှင့် ဖိုစသည့်များဖြင့် အစားအစာအား အပူပေး၍ ဟင်းချက်ခြင်း။	1) パンを焼きます。 ပေါင်မုန့်ဖုတ်သည်။ 2) ステーキを焼きます。 အသားကင်သည်။ 3) グリルでサバを焼きます。 အသားကင်စက်ဖြင့် ဆာဘာငါးကိုကင်သည်။
14	蒸します	おします	ပေါင်းသည်	ရေဆူအောင်ထား၍ ထွက်လာသည့်ရေနွေးငွေ့၏အပူဖြင့် ဟင်းချက်ခြင်း။	シュウマイを蒸します。 အသားပေါင်းပေါင်းသည်
15	和えます/合えます	あえます	သုပ်သည်	ပါဝင်သောပစ္စည်းအမျိုးမျိုးကို ဟင်းတစ်မျိုးဖြစ်အောင် ရောစပ်ခြင်း ※ ရေးပုံရေးနည်း နှစ်မျိုးရှိသော်လည်း အဓိပ္ပာယ်တူသည်။	1) ジャガイモとドレッシングを和えます。 အာလူးနှင့် Dressing ကို သုပ်သည်။ 2) キャベツやにんじんなどを和えて、野菜サラダを作りました。 ဂေါ်ဖီထုပ်နှင့် မုန့်လာဥကို သုပ်ပြီး အရွက်စုံသုပ်ကို ပြုလုပ်သည်။

だい か ちょうり
第23課 調理2

အခန်း ၂၃ ချက်ပြုတ်ခြင်း ၂

No.	ဝေါဟာရ	စာဖတ်နည်း	ဘာသာပြန်ဆိုခြင်း	မှတ်ချက်	ဥပမာ
16	漬け込みます	つけこみます	ထည့်စိမ်သည်	ဟင်းချက်အရည်ထဲ ထည့်စိမ်ခြင်း	魚の切り身を調味液に漬け込みます。 လှီးထားသည့်ငါးကို ဟင်းချက်အရည်ထဲ ထည့်စိမ်သည်။
17	練ります	ねります	နယ်သည်	အမှုန့်များနှင့်ရေကိုစပ်ပြီး နယ်လိုက် ရိုက်လိုက်လုပ်ကာ အတုံး ညက်နေအောင်ပြုလုပ်ခြင်း	ハンバーグを作るためにひき肉を練ります。 ဟမ်ဘာဂ် ချက်ရန်အတွက် ကြိတ်သားကို နယ်သည်။
18	干します	ほします	အခြောက်ခံသည်		
19	かき混ぜます	かきまぜます	မွှေသည်	လက် (သို့) ထုတ်ဖြင့် အရည်ကို ရောစပ်အောင်မွှေထားခြင်း	
20	漬けます	つけます	စိမ်သည်		
21	詰めます	つめます	ထည့်သည်။		コロッケを容器に詰めます。 အာလူးကတ်တလစ်ကို ထည့်စရာပစ္စည်းထဲ ထည့်သည်။