

だい
第 12 課

べんとう
お弁当、おいしそうですね



にほん た もの た
日本の食べ物を食べたことがありますか? どうでしたか?

क्या आपने कभी जापानी भोजन खाया है? कैसा था?



1. 辛そうな料理ですね

Can-do 39

た もの み み め かん いんしょう い
食べ物を見て、見た目から感じた印象を言うことができる。

भोजन के दिखावट के बारे में अपने विचार बता सकते हैं।

1 ことばの準備

शब्दों के लिए तैयारी

あじ
【味】

a. 甘い



b. 辛い



c. すっぱい



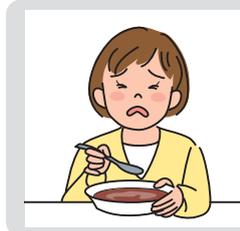
d. しょっぱい



e. 苦い



f. 味がこい



g. 味がうすい



h. おいしい



i. まずい



(1) 絵を見ながら聞きましょう。🔊 12-01

चित्रों की ओर देखते हुए सुनें।

(2) 聞いて言いましょう。🔊 12-01

सुनें और शब्दों को दोहराएँ।

(3) 聞いて、a-i から選びましょう。🔊 12-02

सुनें और a- i में से चुनें।

第12課 お弁当、おいしそうですね

2 2 かいわ 話を聞きましょう。

संवादों को सुनें।

▶ 職場の昼休みに、ほかの人が持って来た食べ物を見て話しています。

लोग कार्यस्थल में लंच ब्रेक के दौरान किसी व्यक्ति द्वारा लाए गए भोजन को देख रहे हैं और उसके बारे में बात कर रहे हैं।

(1) 味について言うとき、どんなことばを使っていますか。1 の a-i から選びましょう。

व्यक्ति ने स्वाद के बारे में क्या कहा? 1 के a-i में से चुनें।

<p>① お弁当 12-03</p> 	<p>② カレー 12-04</p> 	<p>③ チョコレートバナナ クリームラテ 12-05</p> 	<p>④ みかん 12-06</p> 

(2) ことばを確認して、もういちど聞きましょう。12-03 ~ 12-06

शब्दों को देखें और संवादों को फिर से सुनें।

庭 ばगीचा | とれる उठाना



かたち ちゅうもく
形に注目

(1) 音声を聞いて、^{おんせい き} _____ に^かことばを書きましょう。🔊 12-07

रिकॉर्डिंग सुनें और खाली जगहों को भरें।

A: そのお弁当、おいし^{べんとう} _____ ですね。

B: あ、これですか? _____ ですよ。

A: それ、辛^{から} _____ 料理^{りょうり}ですね。

B: 私の^{わたし}国^{くに}のカレーです。あまり _____ ですよ。

へー、甘^{あま} _____ ですね。

まだ、ちょっとすっぱ^{すっぱ} _____ ですね。

! ^{み め いんしょう い}見た目の印象を言うとき、どんな^{かたち}形^{つか}を使っていましたか。 → ^{ぶんぽう}文法ノート①②

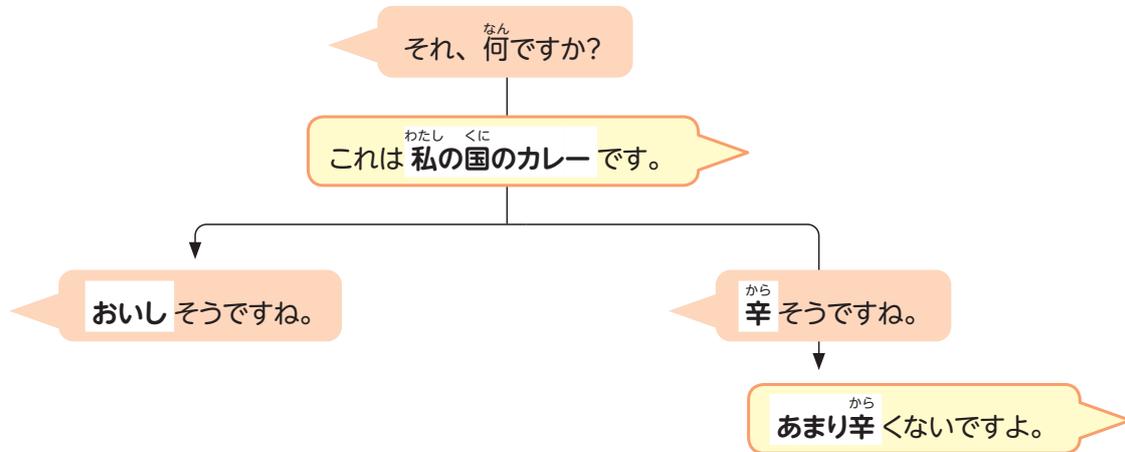
दिखावट से कैसा प्रभाव पड़ा इसके बारे में विचार बताने के लिए किस अभिव्यक्ति का उपयोग किया गया?

(2) ^{かたち ちゅうもく}形に注目して、^{かいわ}会話をもういちど^き聞きましょう。🔊 12-03 ~ 🔊 12-06

उपयोग हुई अभिव्यक्तियों पर ध्यान दें और संवादों को फिर से सुनें।

3 た 物 の いんしょう はな 食べ物の印象を話しましょう。

भोजन पर अपने विचार के बारे में बात करें।



(1) 会話を聞きましょう。 12-08 12-09

संवादों को सुनें।

(2) シャドーイングしましょう。 12-08 12-09

संवादों के पीछे-पीछे बोलें।

(3) **2** の会話の内容で、練習しましょう。

2 की सामग्रियों का उपयोग करके बातचीत का अभ्यास करें।

(4) ロールプレイをしましょう。

みんなで食事をしています。お互いの料理について話しましょう。

इस परिस्थिति का रोल-प्ले करें। आप दूसरे लोगों के साथ भोजन कर रहे हैं। इस बारे में बात करें कि आप में से प्रत्येक क्या खा रहे हैं।


 かたち ちゅうもく
形に注目

(1) 音声を聞いて、 にことばを書きましょう。🔊 12-14

रिकॉर्डिंग सुनें और खाली जगहों को भरें।

たまごや (卵焼き) おいしいですね。

うめぼ (梅干し) 、ちょっと苦手です。

よかったら、この卵焼き、食べて 。

うめぼ 梅干し、食べて ?

 どうですか?

 食べる?

じゃあ、もう1つ 。

 です。もうお腹が です。

! 感想を言うとき、どんな形を使っていましたか。 → 文法ノート ③

व्यक्ति द्वारा अपने विचार बताने के लिए किस अभिव्यक्ति का उपयोग किया गया?

! 食べ物をすすめるとき、どう言っていましたか。 → 文法ノート ④

किसी को भोजन का निमंत्रण देने के लिए किस अभिव्यक्ति का उपयोग किया गया?

! すすめを受けるとき/断るとき、どう言っていましたか。

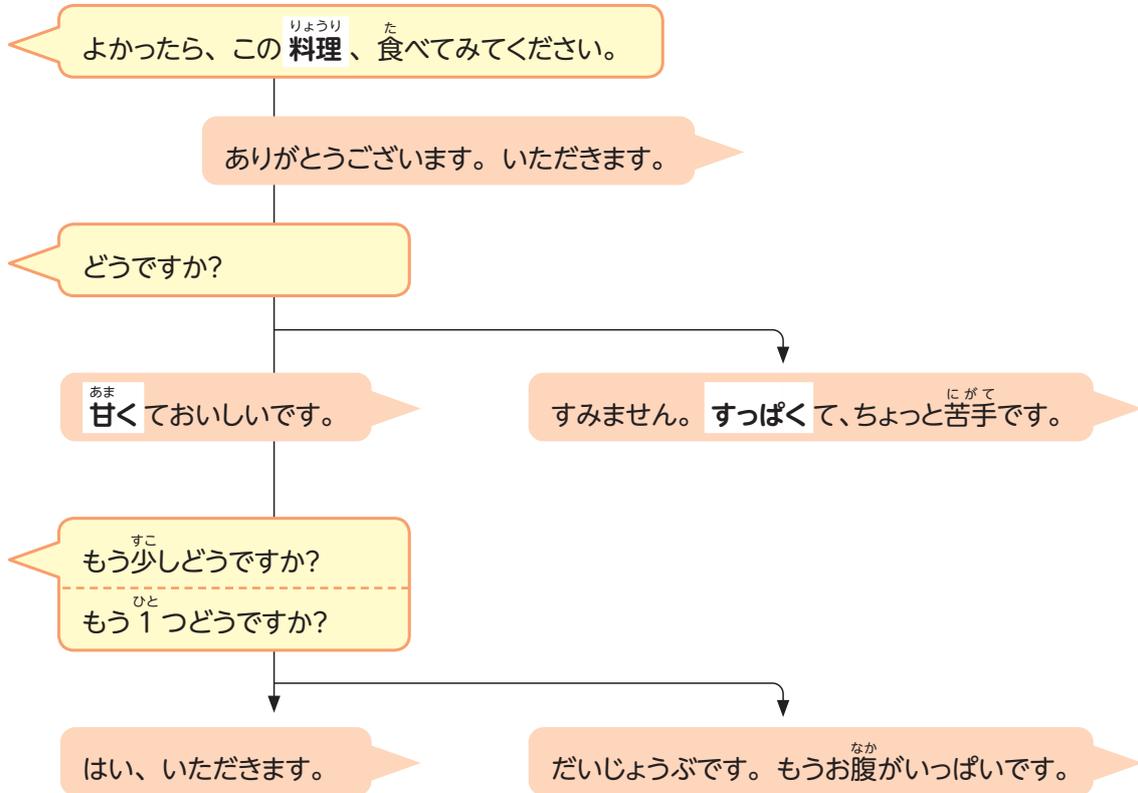
निमंत्रण को स्वीकार करने या मना करने के लिए किस अभिव्यक्ति का उपयोग किया गया?

(2) 形に注目して、会話をもういちど聞きましょう。🔊 12-10 ~ 🔊 12-13

उपयोग हुई अभिव्यक्तियों पर ध्यान दें और संवादों को फिर से सुनें।

2 た もの かんそう い 食べ物の感想を言いましょう。

भोजन के बारे में अपने विचार बताएँ



(1) 会話を聞きましょう。 12-15 12-16 12-17

संवादों को सुनें।

(2) シャドーイングしましょう。 12-15 12-16 12-17

संवादों के पीछे-पीछे बोलें।

(3) ロールプレイをしましょう。

ふたり 2人でいっしょに食事をしています。ひとり た もの 1人が食べ物をすすめましょう。もうひとり た かんそう 1人は、食べた感想を言いましょう。食べ物、お互いが知っているものにしましょう。

इस परिस्थिति का रोल-प्ले करें। आप साथ में भोजन कर रहे हैं। एक व्यक्ति दूसरे व्यक्ति के लिए किसी खास भोजन की सिफारिश करता है। दूसरा व्यक्ति उसे खाने के बाद उसके बारे में अपने विचार बताता है। कोई ऐसा भोजन ही चुनें जिसके बारे में आप दोनों को पता हो।



3. たまご りょうり 卵の料理です

Can-do 41

りょうり 料理について、あじ 味や材料などをあじ 質問したり、あじ 質問にこた 答えたりすることができる。

व्यंजनों के स्वाद, उनमें लगी सामग्रियों इत्यादि के बारे में पूछ सकते हैं या सवालों के जवाब दे सकते हैं।

1 かいわ き 会話を聞きましょう。

संवाद को सुनें।

▶ もり 森さんとランさんが、わしょく 和食のしよくじ レストランでしよくじ 食事をしています。

मोरी-सान और लान-सान एक जापानी रेस्टोरेंट में भोजन कर रहे हैं।



(1) はじめに、スクリプトを見ないでかいわ き 会話を聞きましょう。 (12-18)

「ちやわん む 茶碗蒸し」はどんなりょうり 料理ですか。どんなあじ 味ですか。

पहले, स्क्रिप्ट पर नज़र डाले बिना संवाद सुनें। च़ावांमूशि किस प्रकार का पकवान है? इसका स्वाद कैसा है?

どんなりょうり 料理?	() のりょうり 料理 () に似ている
どんなあじ 味?	

(2) スクリプトを見ながら聞きましょう。🔊 12-18

「茶碗蒸し」の材料は何ですか。

संवाद को फिर से सुनें। इस बार, स्क्रिप्ट के साथ-साथ सुनें। 茶碗蒸し किन चीजों से बनता है?

ざいりょう
材料

ラン：これは何ですか？

もり 森：茶碗蒸し。卵の料理です。

プリンに似てますけど、甘くなくて、おいしいですよ。

だしを使います。

ラン：だし？

もり 森：えーと、まあ、日本のスープかな。

ラン：へー。中に何が入ってますか？

もり 森：鶏肉とか、エビとか、きのこが入ってます。

ときどき、銀杏も入れますよ。

ラン：わあ、いいにおい。いただきます。

もり 森：味は、うすくないですか？

ラン：おいしいです。

もり 森：よかった。



プリン पुडिंग | スープ सूप | きのこと मशरूम | 銀杏 ぎんなん | 入れる だलना

いいにおい अच्छी महक


**かたち ちゅうもく
形に注目**

(1) 音声を聞いて、 にことばを書きましょう。🔊 12-19

रिकॉर्डिंग सुनें और खाली जगहों को भरें।

プリンに似てますけど、甘 、おいしいですよ。

とりにくとか、エビとか、きのこ 。

ときどき、銀杏も よ。

A: 味は、うす ?

B: おいしいです。

❗ 味を説明するとき、どんな表現を使っていましたか。 → 文法ノート ③

स्वाद बताने के लिए किस अभिव्यक्ति का उपयोग किया गया?

❗ 材料を説明するとき、どう言っていましたか。 → 文法ノート ⑤

सामग्रियों के बारे में बताने के लिए किस अभिव्यक्ति का उपयोग किया गया?

❗ 「味は、うすくないですか?」は、どんな気持ちで質問していると思いますか。 → 文法ノート ⑥

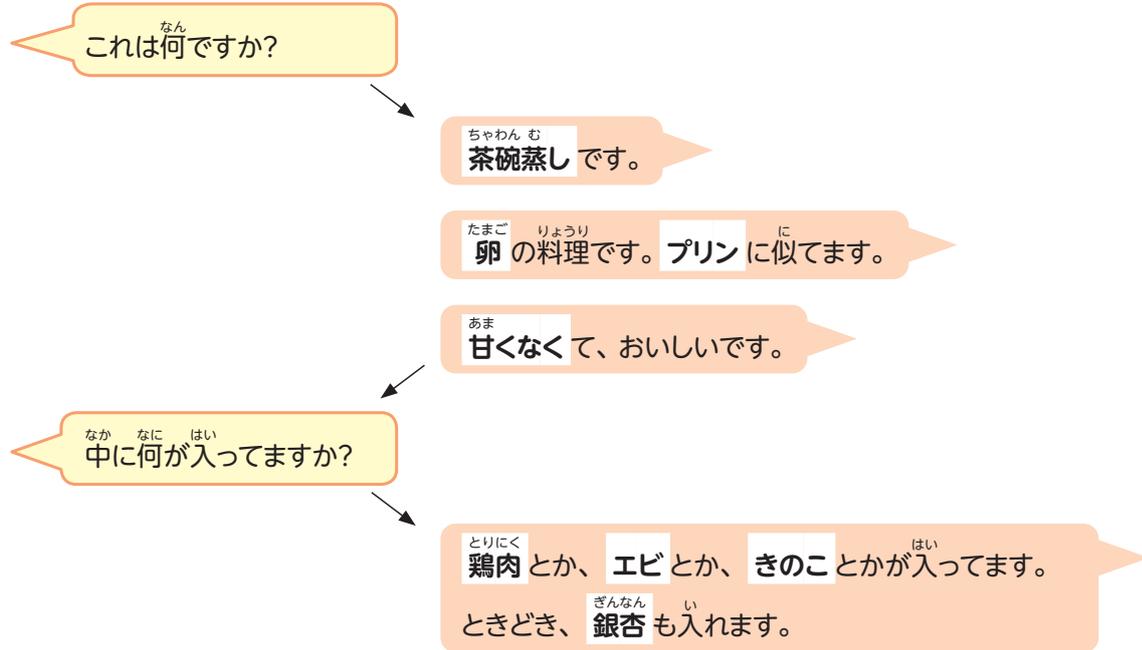
जब व्यक्ति ने कहा, 味は、うすくないですか?, आपके विचार से उसे कैसा लग रहा था?

(2) 形に注目して、会話をもういちど聞きましょう。🔊 12-18

उपयोग हुई अभिव्यक्तियों पर ध्यान दें और संवाद को फिर से सुनें।

2 りょうり あじ ざいりょう はな 料理の味や材料について話しましょう。

पकवानों के स्वाद और सामग्रियों के बारे में बात करें।



(1) かいわ き 会話を聞きましょう。🔊 12-20

संवाद को सुनें।

(2) シャドーイングしましょう。🔊 12-20

संवाद के पीछे-पीछे बोलें।

(3) うえ れい み 上の例を見ないで、「茶碗蒸し」の例で練習しましょう。

ऊपर दिए उदाहरण को देखे बिना 茶碗蒸し के उदाहरण का उपयोग करके अभ्यास करें।

(4) じぶん くに りょうり はな い 到自己的国の料理について話しましょう。言いたいことが日本語でわからないときは、調べましょう。

अपने देश के पकवानों के बारे में बात करें। अगर आप ये नहीं जानते कि किसी बात को जापानी भाषा में क्या कहना है, तो वह पता करें।



4. カップ焼きそばの作り方

Can-do 42

インスタント食品などの作り方の説明を読んで、手順を理解することができる。

इंस्टेंट फूड बनाने के निर्देशों को पढ़कर समझ सकते हैं।

1 インスタント食品の作り方を読みましょう。

एक इंस्टेंट भोजन बनाने के लिए निम्नलिखित निर्देशों को पढ़ें।

▶ カップ焼きそばの作り方を読んでいます。

आप इंस्टेंट याकिसोबा बनाने के लिए निर्देश पढ़ रहे हैं।

(1) 作り方は、どこに書いてありますか。印をつけましょう。

उन जगहों पर निशान लगाएँ जहाँ पकाने के निर्देश लिखे हैं।

王道 ソース焼きそば

調理方法

- ①フタをはがし、ソース、かやく、ふりかけを取り出します。②かやくをめんの上にあけ、熱湯を内側の線まで注ぎ、フタをします。③3分待ちます。④湯切り口からお湯をすてます。⑤ソースをかけて、よく混ぜます。⑥ふりかけをかけて、できあがり。

栄養成分表示 1食 (1)

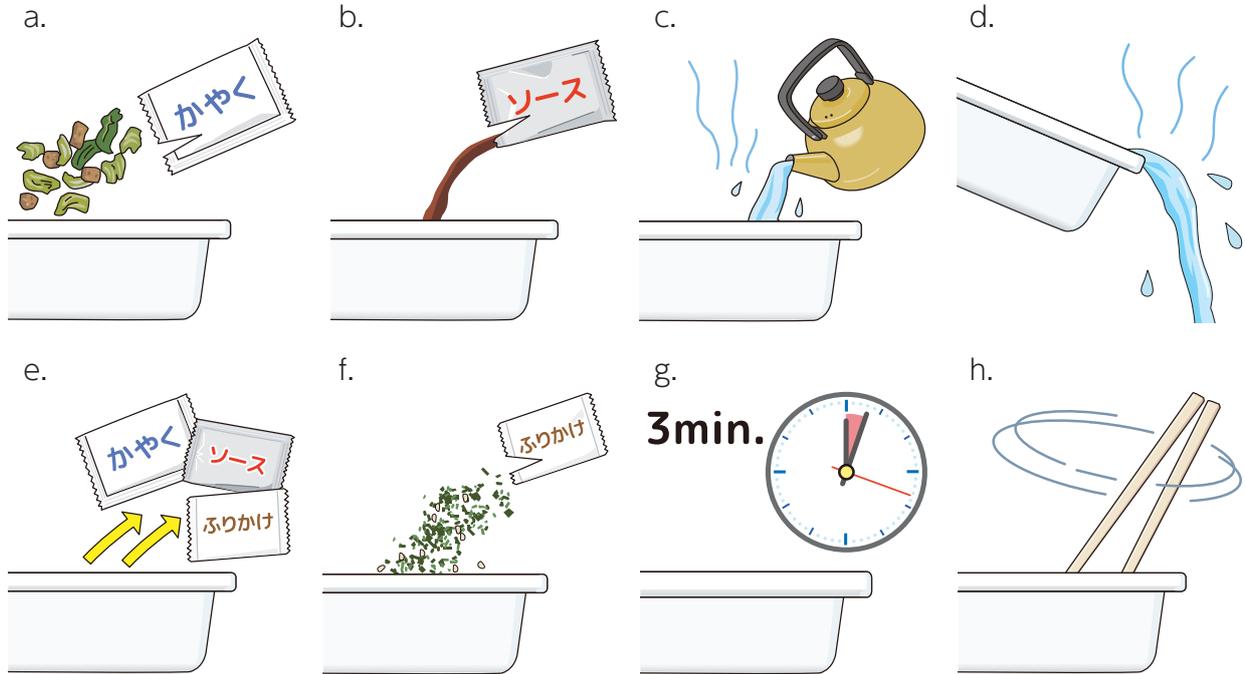
熱量：512kcal
たんぱく質：9.1g
脂質：25.7g
炭水化物：62.5g
食塩相当量：3.7g

名称：即席カップめん／原材料名／油揚げめん（小麦粉、植物油脂、食塩、しょうゆ、香辛料）、ソース（糖類、たん白加水分解物、ポークエキス、植物油脂）、かやく（キベツ、味付け鶏ひき肉、ごま、香辛料、アオサ）、ふりかけ（青のり）、カラメル色素、調味料（アミノ酸等）、酸味料、炭酸 Ca、乳化剤、かんすい、香料、酸化



(2) つく かた よ **作り方を**読んで、 a-h を **順番に**並べましょう。

खाना पकाने के निर्देशों को पढ़ें और a-h को क्रम में रखें।



1	2	3	4	5	6	7	8

🔥 大切なことば

ちょうりほうほう 調理方法 | 順番に 順番に | フタ 蓋 | 取り出す 取出す | めん 麺 | 熱湯 熱い水

そそぐ 注ぐ | お湯 湯 | 捨てる 捨てる | かける かける | 混ぜる 混ぜる

ちょうかい
聴解スクリプト1. 辛^{から}そうな料理^{りょうり}ですね①  12-03A: そのお弁当^{べんとう}、おいしそうですね。B: あ、これですか? おいしいですよ。駅^{えき}前のコンビニ^{まへ}で買^かいました。A: へー。じゃ、今^{こんど}度^か、買^かってみます。②  12-04A: わー、それ、辛^{から}そうな料理^{りょうり}ですね。B: これですか? 私^{わたし}の国^{くに}のカレーです。あまり辛^{から}くないですよ。

A: そうなんですか。

③  12-05A: それ、何^{なん}ですか?

B: これ? これは、チョコレートバナラクリームラテ。

A: へー、甘^{あま}そうですね。④  12-06A: みかん、1^{ひと}つどう? うち^{にわ}の庭^{にわ}でとれたのよ。B: じゃあ、いただきます。でも、まだ、ちょっとすっぱ^{すっぱ}そうですね。A: そんなことないわよ。甘^{あま}いわよ。B: あ、本^{ほん}当^{とう}だ。甘^{あま}い。

2. ^{あま}甘くておいしいですね①  12-10A: よかったら、この^{たまご}卵焼き、^た食べてみてください。B: ありがとうございます。……あ、^{あま}甘くておいしいですね。A: もう^{ひと}1つどうですか？B: じゃあ、もう^{ひと}1ついただきます。②  12-11A: お^{この}好み焼き、どう？ おいしい？B: はい、おいしいです。^{わたし}私の^{くに}国の^にパインセオに似ています。A: もう^{すこ}少し^た食べる？B: あ、だいじょうぶです。もう^{なか}お腹がいっぱいです。③  12-12A: それ、^{なん}何ですか？B: これ？ ^{うめ}梅干し。^た食べてみる？

A: はい。

B: どう？

A: う、……すみません。すっぱくて、ちょっと^{にが}苦手です。

B: あ、そう。

④  12-13A: ^すすき焼き、おいしいですね。B: よかった。どんどん^た食べてください。

A: はい。

B: ^{たまご}卵は^{つか}使わないんですか？A: あ、^{なま}生の^{たまご}卵はちょっとだめです。すみません。

漢字のことば

1 読んで、意味を確認しましょう。

निम्नलिखित कांजी शब्दों को पढ़ें और उनका मतलब पता करें।

たまご 卵	卵	𪚩	あじ 味	味	味
りょうり 料理	料理	料理	あま 甘い	甘い	甘い
ゆ お湯	お湯	お湯	から 辛い	辛い	辛い
ちょうり ほうほう 調理方法	調理方法	調理方法	にがて 苦手(な)	苦手	苦手
すこ 少し	少し	少し			

2 _____の漢字に注意して読みましょう。

निम्नलिखित को पढ़ें और _____ वाली कांजी पर ज़्यादा ध्यान दें।

- ① 調理方法はここを見てください。
- ② お湯はここまで入れてください。
- ③ この料理は、卵を使っています。
- ④ 甘いものは苦手です。
- ⑤ A: 味はどうですか?
B: ちょっと辛いですね。でも、おいしいです。
- ⑥ お好み焼き、もう少し食べる?

3 上の _____のことばを、キーボードやスマートフォンで入力しましょう。

ऊपर _____ में दिए शब्दों को कीबोर्ड या स्मार्टफ़ोन की मदद से टाइप करें।

ぶんぼう
文法ノート

①

ナ A-		そうです
イ A-		

そのお弁当、おいしそうですね。

आपका बेंतों (लंच बॉक्स) बहुत स्वादिष्ट लग रहा है।

- इस अभिव्यक्ति का उपयोग दिखावट की वजह से लिए गए सहजज्ञ निर्णय को दर्शाने के लिए किया जाता है। इस पाठ में, इसका उपयोग पकवानों और भोजन की दिखावट से उनके स्वाद पर टिप्पणी करने के लिए किया गया है, जैसे कि *おいしそう* (स्वादिष्ट लगता है) और *辛そう* (मसालेदार लगता है)। नीचे दिए उदाहरणों में, व्यक्ति थोड़े हरे नारंगी को देखकर कहता है *すっぱそう* (खट्टा लगता है)। हालाँकि, असल में उसका स्वाद चखे बिना व्यक्ति को पता नहीं होता कि नारंगी खट्टा है या नहीं।
- *イ*-विशेषणों से *い* लें और *ナ*-विशेषणों से *な* लें और *～そうです* से जोड़ें। इस पाठ में केवल *イ*-विशेषणों से जुड़ने वाले उदाहरण शामिल हैं, लेकिन यह *ナ*-विशेषणों जैसे कि *元気そう* (ठीक लगता है) और *大変そう* (मुश्किल लगता है) से भी जुड़ सकता है।
- 見た目からの、直感的な判断を表します。この課では、料理や食べ物について、見た目から「おいしそう」「辛そう」など味についてコメントするときに使っています。下の例では、まだ少し青いみかんを見て「すっぱそう」と言っていますが、実際に食べないとすっぱいかどうかはわかりません。
- *イ*形容詞の場合は「い」をとって、*ナ*形容詞の場合は「な」をとって「～そうです」に接続します。この課では*イ*形容詞に接続する例だけを取り上げますが、「元気そうです」「大変そうです」のように*ナ*形容詞にも接続します。

【例】 ▶ A : みかん、ちよつとすっぱそうですね。

यह नारंगी थोड़ा खट्टा लगता है।

B : そんなことないわよ。甘いわよ。

नहीं, खट्टा नहीं है। यह मीठा है।

②

ナ A-		そうな N
イ A-		

それ、辛そうな料理ですね。

यह मसालेदार पकवान जैसी दिखती है।

- *～そうです* का उपयोग संज्ञाओं को सीमित करने के लिए भी किया जा सकता है। इस मामले में, आप *～そうなN* कह सकते हैं। आप *それ、辛そうな料理* ですね के बजाय *その料理、辛そうです* ね भी कह सकते हैं।
- 「～そうです」は、名詞を修飾することもできます。そのときは、「～そうな N」となります。「それ、辛そうな料理ですね。」は、「その料理、辛そうです。」と言うこともできます。

【例】 ▶ おいしそうなケーキですね。

केक स्वादिष्ट दिखता है।

3

イA-くて、～
イA-くなくて、～

この^{たまごや}卵焼き、^{あま}甘くて、おいしいですね。

यह ऑमलेट मीठा और स्वादिष्ट लगता है।

^{चावन् मु}茶碗蒸し、^{あま}甘くなくて、おいしいですよ。

चावानमुशी स्वादिष्ट है क्योंकि यह मीठा नहीं है।

- पाठ 5 समझाता है कि दो या अधिक विशेषण बताते समय ～くて का उपयोग *イ-विशेषणों* के साथ होता है। ～くて、～ का उपयोग तब भी हो सकता है जब पीछे बताए गए विशेषण अगले वाक्य के कारण बताते हैं। इस उदाहरण में, ^{たまごや}卵焼きがおいしい का कारण ^{あま}甘い के रूप में उद्धृत है।
- नकारात्मक रूप ～くなくて है। इस उदाहरण में, ^{चावन् मु}茶碗蒸しがおいしい (चावानमुशी स्वादिष्ट है) का कारण ^{あま}甘くない (मीठा नहीं है) के रूप में उद्धृत है।
- 第5課では、2つ以上の形容詞を並べるときに、*イ*形容詞の場合は「～くて」の形を使うことを勉強しました。「～くて、～」は、単純な並列だけでなく、前の形容詞が、後ろにくる文の理由を表すことができます。ここでは、「卵焼きがおいしい」理由として、「甘い」ことを挙げています。
- 否定の場合は、「～くなくて」となります。ここでは、「茶碗蒸しがおいしい」という理由に、「甘くない」ことを挙げています。

[例] ▶ ^{うめぼ}梅干しはすっぱくて、^{にがて}苦手です。

मुझे उमेबोशी पसंद नहीं है क्योंकि वो खट्टी होती है।

▶ この料理は辛くなくて、子どもも食べることができます。

यह पकवान भी बच्चों के लिए भी उपयुक्त है क्योंकि यह मसालेदार नहीं है।

4

V- てみます

よかったら、この^{たまごや}卵焼き、^た食べてみてください。

अगर आप चाहें, तो कृपया इस ऑमलेट को थोड़ा चख कर देखें।

- V-てみます (V-てみる) का उपयोग तब किया जाता है जब आप किसी नई गतिविधि या किसी नए उत्पाद को आजमा रहे हैं। इस उदाहरण में, V-てみてください का उपयोग भोजन की पेशकश करने के लिए किया जाता है।
- पाठ 10 समझाता है कि V-てみたいんですが... का उपयोग इच्छा बताने और उसके बारे में पूछने के लिए किया जाता है, जब व्यक्ति किसी नई चीज़ को पहली बार आजमाना चाहता है।
- V-てみます का उपयोग करने वाली अन्य अभिव्यक्तियों में ^い行ってみませんか? (क्या आप जाना चाहेंगे?), ^い行ってみる? (क्या आप जाना चाहते हैं?), ^い行ってみたい (मैं जाना चाहूँगा/चाहूँगी), और ^い行ってみます (मैं जाऊँगा/जाऊँगी) शामिल हैं।
- 「V-てみます (V-てみる)」は、はじめてのことやものについて、どんなものか知るために、試してみるときに使う言い方です。ここでは、「V-てみてください」の形で、食べ物をすすめるときに使っています。
- 第10課では、はじめてのことや新しいことを試したいときに、その希望を伝えて相談する言い方「V-てみたいんですが…」を勉強しました。
- ほかに、「V-てみます」を使った表現には、「行ってみませんか?」「行ってみる?」「行ってみたい」「行ってみます」などの言い方があります。

- 【例】 ▶ A : 梅干し、食べてみる?
 क्या आप कुछ उमेबोशी आजमाना चाहते हैं?
 B :はい。いただきます。
 हाँ, ज़रूर।
 ▶ 今度、おすしを作ってみます。
 मैं अगली बार सुशी बनाकर देखूँगा/देखूँगी।

5

अकर्मक क्रिया/सकर्मक क्रिया **自動詞・他動詞**

鶏肉とか、エビとか、きのこなどが入っています。

इसमें चिकन, श्रिंप और मशरूम होता है।

ときどき、銀杏も入れますよ。

इसमें कभी-कभी गिंको नट्स भी होते हैं।

- दो प्रकार की क्रियाएँ होती हैं: अकर्मक क्रिया और सकर्मक क्रिया। जब व्यक्ति कोई कार्य जानबूझकर करता है, तो सकर्मक क्रिया का उपयोग उसका वर्णन करने के लिए किया जाता है जैसे कि ご飯を食べる (भोजन करना) और ドアを閉める (दरवाजा बंद करना)। इसके विपरीत, अकर्मक क्रिया का उपयोग तब होता है जब ध्यान किसी घटना पर होता है, न कि कार्य करने वाले व्यक्ति पर, जैसे कि 雨が降る (बारिश होना) और ドアが開まる (दरवाजा बंद होना)।
- यह एक ऐसे वाक्य का उदाहरण है जिसमें अकर्मक क्रिया और सकर्मक क्रिया साथ-साथ हैं। 入る (शामिल होना) एक अकर्मक क्रिया है और 入れる (डालना) एक सकर्मक क्रिया है।
- “अकर्मक क्रिया के テ-रूप+います” का उपयोग स्थिति का वर्णन करने के लिए किया जाता है। ~が入っています का उपयोग वस्तुनिष्ठ तरीके से यह बताने के लिए किया जाता है कि पकवान में क्या-क्या सामग्रियाँ हैं। इसके विपरीत, ~を入れます का उपयोग यह बताने के लिए होता कि सामग्रियों का उपयोग जानबूझकर किया गया है।
- 動詞には、自動詞と他動詞の区別があります。他動詞は、「ご飯を食べる」「ドアを閉める」のように、人が意図的にその行為をすることを表します。それに対して、自動詞は、「雨が降る」「ドアが開まる」のように、だれがその行為をしたかではなく、出来事に焦点を当てて言うときに使います。
- ここでは、自動詞と他動詞が対になっている例を取り上げます。「入る」が自動詞、「入れる」が他動詞です。
- 「自動詞のテ形+います」は状態を表します。「~が入っています」は、料理にどんな具材が入っているかを客観的に説明するときに使われます。それに対して、「~を入れます」は、そうしようとして入れることを表します。

【例】 ▶ すき焼きには牛肉、豆腐、ねぎが入っています。

सुकियाकी में बीफ, टोफू और हरे प्याज होते हैं।

ときどき、しいたけを入れます。

मैं कभी-कभी मशरूम डाल देता/देती हूँ।

▶ A : 肉が焼けましたよ。食べてください。

मीट भून दिया है। कृपया खाएँ।

B : いただきます。

धन्यवाद।

A : 次は何を焼きますか?

अब क्या भूनू?

◆ **अकर्मक क्रिया/सकर्मक क्रिया** 自動詞・他動詞

अकर्मक क्रिया <small>じどうし</small> 自動詞	सकर्मक क्रिया <small>たどうし</small> 他動詞
はい 入る शामिल	い 入れる डालना
や 焼ける भूना हुआ	や 焼く भूना
に 煮える उबल गया	に 煮る उबालना

अकर्मक क्रियाएँ “NがV” वाक्य रूप अपनाती हैं। सकर्मक क्रियाएँ “(व्यक्तिが) NをV” वाक्य रूप अपनाती हैं।
 自動詞は「NがV」、他動詞は「(人が) NをV」になります。

⑥ **イ A- くないですか?**

あじ
味は、うすくないですか?

क्या स्वाद आपके हिसाब से काफी सादा नहीं है?

- इस अभिव्यक्ति का उपयोग चिंता व्यक्त करने और यह पूछने के लिए किया जाता है कि व्यक्ति ठीक है या नहीं। इस उदाहरण में, इसका उपयोग स्वाद के बारे में पूछने के लिए किया गया है। व्यक्ति इसलिए पूछता है क्योंकि वह चिंतित है कि दूसरा व्यक्ति जो जापानी पकवानों को खाने का आदि नहीं है उसे स्वाद बहुत सादा लग सकता है।
- अन्य अभिव्यक्तियों में **むずか** くないですか? (ज्यादा मुश्किल तो नहीं है?) और **さむ** くないですか? (ज्यादा ठंडा तो नहीं है?) शामिल हैं।
- 心配なことについて、だいたい**うぶ**かどうかを確認するときの言い方です。ここでは、味について質問するときに使っています。日本料理は、食べ慣れていない人にとっては味がうすいと思われることがあるので、心配して、このように質問しています。
- ほかに、「**むずか**くないですか?」「**さむ**くないですか?」などの言い方があります。

[例] ▶ A : **わさび**、**から** くないですか?

क्या आपको वसाबी ज्यादा मसालेदार तो नहीं लग रहा?

B : **だいたい** **うぶ**です。わさび、**だいす** 好きですから。

मैं ठीक है। मुझे वसाबी पसंद है।

日本の生活
TIPS● べんとう
お弁当 ओबेंतो

आप किसी सुविधा स्टोर, सुपरमार्केट, ओबेंतो की दुकान से ओबेंतो (लंच बॉक्स) खरीद सकते हैं। कुछ लोग घर पर बनाते हैं और उसे स्कूल या कार्यस्थल पर ले जाते हैं। लंच बॉक्स में रोल्ड ऑमलेट, तला हुआ भोजन, हैमबर्गर और आलू सलाद जैसे आम साइड डिश होते हैं। ओबेंतो तैयार करते समय स्वाद और दिखावट महत्वपूर्ण होती है। विभिन्न रंगों वाले भोजन का प्रयोग करना भी महत्वपूर्ण है। उदाहरण के लिए, लाल टमाटर, पीले रोल्ड ऑमलेट, हरी सब्जियाँ, सफेद चावल, और काले सीवीड या तिल इत्यादि। कई प्रकार की ओबेंतो चीज़ें होती हैं जिनका उपयोग साइड डिश को सुंदर तरीके से सजाने के लिए किया जाता है।

お弁当はコンビニやスーパー、お弁当屋さんなどで買うこともできますし、家で作って会社に持って行く人もいます。お弁当の人気のおかげは、卵焼き、からあげ、ハンバーグ、ポテトサラダなどです。日本のお弁当は、味だけでなく、見た目も重視することが多く、赤いトマト、黄色い卵焼き、緑の野菜、白いご飯、黒いのりやゴマなどで、色のバランスを考えます。また、おかずをかわいく彩るための「お弁当グッズ」も、たくさん種類が売られています。

● たまごや
卵焼き तमागो-याकी

तमागो-याकी (रोल्ड ऑमलेट) घर में पकाया जाने वाला सामान्य भोजन है। इसे सुबह के नाश्ते और ओबेंतो भोजनों में खाया जाता है। *तमागो-याकी* बनाने के लिए, अंडों को फेंटें, नमक, सोया सॉस, *मिरिन*, चीनी, सूप का शोरबा, या अन्य सीज़निंग मिलाएँ। एक फ्राई पैन में तेल लगाकर धीरे-धीरे अंडे को डालें और रोल करते हुए अंडे को फ्राई कर लें। लोग अपने रोल्ड ऑमलेट को विभिन्न तरीके से स्वादिष्ट बनाते हैं। कांतो क्षेत्र में, लोग आमतौर पर मीठा रोल्ड ऑमलेट पसंद करते हैं। कंसाई क्षेत्र में, लोग आमतौर पर नमकीन रोल्ड ऑमलेट पसंद करते हैं। कई विभिन्न प्रकार की सामग्रियाँ उपयोग की जा सकती हैं। उदाहरण के लिए, हरे प्याज, पालक, *शिरासु* (छोटे साडीन), और *मेन्ताइको* (मसालेदार कॉड रो) इत्यादि।

卵焼きは日本人にとって定番の家庭料理です。朝ご飯にもよく出されますし、お弁当にもよく入っています。作り方は、よく溶いた卵に塩やしょうゆ、みりん、砂糖、出し汁などで味をつけてから、油を引いたフライパンに少しづつ卵を流し入れて、丸めるように焼いていきます。味付けは家庭によって違いますが、関東では砂糖を使った甘めの味付けが、関西では出し汁を使った甘くない味付けが好まれるようです。また、中にねぎやほうれん草、しらすや明太子など、いろいろな食材を入れたバリエーションもあります。

● この
お好み焼き ओकोनोमियाकी

ओकोनोमियाकी (जापानी स्टाइल का पैनकेक) पत्ता गोभी, मीट, सी फूड, और अन्य सामग्रियों से बनाया जाता है। इन सामग्रियों को मैदे और पानी (बैटर) में मिलाया जाता है। फिर, इसे तवे पर पकाया जाता है। कंसाई-शैली वाला *ओकोनोमियाकी* बनाने के लिए ग्रिल करने से पहले बैटर में सामग्रियाँ मिलाई जाती हैं। हिरोशीमा-शैली वाला *ओकोनोमियाकी* बनाने के लिए तवे पर बैटर और सामग्रियों की परत तैयार की जाती है, उन्हें पहले ही नहीं मिला दिया जाता है। ओसाका और हिरोशिमा के *ओकोनोमियाकी* रेस्टोरेंट में, रेस्टोरेंट के कर्मचारी आपके लिए *ओकोनोमियाकी* बनाएँगे। इसके विपरीत, टोक्यो में, आमतौर पर



ग्राहक अपने टेबल पर तवे के ऊपर ओकोनोमियाकी बनाते हैं।

आप इसे घर में भी बना सकते हैं। माइक्रोवेव में बनने वाली ओकोनोमियाकी आसानी से मिल जाती हैं क्योंकि आप इसे किसी सुविधा स्टोर या सुपरमार्केट से खरीद सकते हैं।

ओहोमिबकि है, छोटी आटा को पानी में घोलकर, प्याज, मांस, मछली आदि सामग्री डालकर, लोहे की प्लेट पर तड़काया जाता है। पानी और सामग्री को मिलाकर तड़काया जाता है। प्लेट पर तड़काया जाता है। प्लेट पर तड़काया जाता है। प्लेट पर तड़काया जाता है।

ओहोमिबकि केवल घर में ही नहीं, बल्कि कॉन्वीनिएन्स स्टोर्स में भी उपलब्ध है। कॉन्वीनिएन्स स्टोर्स में, फ्रिज्ड ओहोमिबकि भी उपलब्ध है, जो कि सूखे के बाद हीटिंग केवल से गर्म किया जा सकता है।

ओकोनोमियाकी कैसे बनाएँ

▶ ओहोमिबकि का तरीका

1.



बैटर और सामग्रियों को एक कटोरे में अच्छे से मिलाएँ।

पोवल में डालकर पानी और सामग्री को मिलाएँ।

2.



तवे पर तेल को फैला दें और मिश्रण को उस पर डालें।

लोहे की प्लेट पर तेल को फैला दें और मिश्रण को उस पर डालें।

3.



ऊपर वाला हिस्सा सूख जाने के बाद, स्पैचुला का उपयोग करके ओकोनोमियाकी को पलटें।

सतह ठोस हो गई तो, हेरा का उपयोग करके ओकोनोमियाकी को पलटें।

4.



कुछ मिनट इंतजार करें, और ओकोनोमियाकी को फिर से पलटें।

थोड़ा देर के बाद, एक बार फिर पलटें।

5.



उसके ऊपर सॉस डालें।

सॉस को डालें।

6.



मेयोनीज़, बोनिटो फ्लेक्स और सूखे सीवीड डालें और ओकोनोमियाकी तैयार।

ओहोमिबकि में मायनेज़ का उपयोग करें, बोनिटो फ्लेक्स और सूखे सीवीड डालें और ओकोनोमियाकी तैयार।

● सुकीबकि सुकियाकी

सुकियाकी एक हॉटपॉट है जो बीफ के पतले टुकड़ों को सब्जियों और अन्य सामग्रियों के साथ भूनकर बनाया जाता है। इसे सोया सॉस और चीनी डालकर स्वादिष्ट बनाया जाता है। सुकियाकी अक्सर चीनी पत्तागोभी, कोन्जैक नूडल्स, टोफू, एनोकी मशरूम, और हरे प्याज के साथ बनाया जाता है। इसे आमतौर पर कच्चे अंडे में डुबोकर खाया जाता है। सुकियाकी की सामग्रियाँ विभिन्न क्षेत्रों में अलग-अलग हो सकती हैं। यह एक विशेष भोजन है क्योंकि इसमें उच्च गुणवत्ता वाले बीफ का उपयोग किया जाता है। अगर रेस्टोरेंट में खाया जाए तो यह काफी महंगा पड़ता है। हालाँकि, आप बीफ बाउल रेस्टोरेंट में सस्ती और साधारण सुकियाकी खा सकते हैं।

थोड़ी-थोड़ी मांस, सब्जियों और अन्य सामग्रियों के साथ भूनकर बनाया जाता है। इसे सोया सॉस और चीनी डालकर स्वादिष्ट बनाया जाता है। सुकियाकी अक्सर चीनी पत्तागोभी, कोन्जैक नूडल्स, टोफू, एनोकी मशरूम, और हरे प्याज के साथ बनाया जाता है। इसे आमतौर पर कच्चे अंडे में डुबोकर खाया जाता है। सुकियाकी की सामग्रियाँ विभिन्न क्षेत्रों में अलग-अलग हो सकती हैं। यह एक विशेष भोजन है क्योंकि इसमें उच्च गुणवत्ता वाले बीफ का उपयोग किया जाता है। अगर रेस्टोरेंट में खाया जाए तो यह काफी महंगा पड़ता है। हालाँकि, आप बीफ बाउल रेस्टोरेंट में सस्ती और साधारण सुकियाकी खा सकते हैं।



● 茶碗蒸し 茶わん-むし

茶わん-むशी (भांप से पकाए गए अंडे का कस्टर्ड मिश्रित सामग्रियों के साथ) अक्सर कोर्स मील के हिस्से के रूप में परोसा जाता है। कभी-कभी इसे साइड डिश के रूप में परोसा जाता है। इसे बनाने के लिए फेंटें गए अंडे में सूप स्टॉक, और अन्य सामग्रियों को मिलाया जाता है, और फिर भाप से पकाया जाता है। अन्य सामग्रियों में चिकन, कमाबोको (उबली मछली का पेस्ट), शिइताके मशरूम, एनोकी मशरूम, गिन्कगो, झींगा इत्यादि शामिल हो सकते हैं। इसे चम्मच से खाया जाता है क्योंकि यह पुडिंग से मिलता-जुलता है। कृपया इसे खाने के लिए चाँपस्टिक का उपयोग न करें।

茶碗蒸しは、和食のコースなどの一部として、よく出される料理です。すしなどの付け合わせや、サイドメニューとして出されることもあります。卵を溶いたものに出し汁を加え、具を入れて蒸して作ります。具には、鶏肉、かまぼこ、しいたけ、えのき、銀杏、エビなどを入れます。プリンに似てやわらかいので、スプーンを使って食べます（お箸は使いません）。



● だし だしい



だしい जापानी भोजन का मुख्य स्वाद है। इसे सूखे बोनितो फ्लेक्स, केलप, सूखी साडीन, शिइताके मशरूम, और अन्य सामग्रियों को पानी में धीरे-धीरे उबालकर और सूप स्टॉक निकालकर बनाया जाता है। शब्द दशी 煮出し汁 का छोटा रूप है, और कांजी 出汁 से लिखा जाता है। इसे कभी-कभी 出し汁 कहा जाता है।

भोजन पकाते समय एकदम शुरुआत से दशी बनाना कठिन होता है। अधिकतर घरों में, दशी नो मोतो (इस्टेंट दशी) का उपयोग किया जाता है, जिसे दशी के पाउडर को गर्म पानी में डालकर जल्दी से बनाया जा सकता है।

だしいは、鰹節、昆布、煮干し、しいたけなどの食材を煮てその成分が溶け出したスープで、日本料理の味付けの基本です。だしいは「煮出し汁」が短くなったことばで、漢字で「出汁」と書きます。「出し汁」という言い方をすることもあります。

料理を作る際に、食材を煮てだしを取ることは手間がかかるため、家庭では、粉末状の、お湯に溶かしてすぐに使える「だしの素」を使うことも多くなっています。

● カップ焼きそば instant cup yakisoba

इस्टेंट कप नूडल्स को गर्म पानी मिलाने के तीन से पाँच मिनट बाद खाया जा सकता है। इसे जापान में 1971 में बनाया गया था। दुनिया भर में बहुत सारे लोग इसे खाते हैं। आपको इसके बहुत सारे प्रकार मिल सकते हैं। उदाहरण के लिए, रामेन और उदोन। इस्टेंट कप याकिसोबा को बनाने के लिए नूडल्स पर गर्म पानी डालें और फिर उसके नरम हो जाने पर पानी निकाल दें। ये सस्ते होते हैं और इन्हें अधिक समय तक रखा जा सकता है। इसलिए, ये आपात स्थिति में उपयोगी होते हैं।

お湯を注いで3~5分待てば食べられるカップ麺/カップヌードルは、1971年に日本で生まれ、現在は世界に広まっています。カップラーメン、カップうどんなど、さまざまな商品が出ています。カップ焼きそばは、お湯を注いで麺がやわらかくなったら、お湯を捨てて作るのが特徴です。値段も安く、保存もきくカップ麺は、非常用食糧としても使うことができる、役に立つ食品です。

