



しょくじだより



みそらこども園

もも組 移行の様子

3月8日から移行でもも組さんが以上児の部屋に来ています。
 もも組さんもはと組・ほし組に混じてバイキングをしています。
 フォーク・お箸(お箸サポート付き)の中から自分で選びます。はと・ほし組さんと同じようにおかずが盛り付けられたプレートをお盆にのせてお汁とご飯も自分の食べれる量を選びます。もも組さんの時より部屋が広がって席までの距離が遠くなったけど席まで頑張って運んでいます。



つき組 ホットケーキを作りました

コロナの関係で生地は、まんまる一むで作っておきました。
 おたまで生地をすくいホットプレートにのせ、クルクルと丸い形にしました。ブツブツと焼けてきたらフライ返しで裏返します。途中『早く食べたい』と焼きあがり待ち遠しそうでした。焼けた生地はお皿にのせて、いちご・ホイップクリーム・チョコシロップ・アラザン・スターシュガーで自分の好きなようにデコレーションしました。いちごにスターシュガーを張り付けてクリスマスツリーのようにデコレーションをしていたり、見た目も楽しいホットケーキができていました。みんなで「いただきます」をして食べました。



アレンジレシピ

『こんにゃくと人参のきんぴら』

【材料】4人分
 板こんにゃく 160 A { しょうゆ 大さじ4
 人参 1本 { みりん 大さじ2
 ごま油 大さじ2 { 砂糖 大さじ2
 いりごま 大さじ2

【作り方】

- ①こんにゃくと人参を細切りにする
- ②こんにゃくはお湯で3分程茹でてあく抜きをする
- ③フライパンにごま油を入れ人参を炒める
しんなりしてきたら、こんにゃくを入れ炒める
- ④③にAを入れ汁気がなくなったらゴマを加える

こんにゃくと人参のきんぴら

- メイン料理に・・・牛肉や豚肉を加えるだけ
- 混ぜご飯・・・白ご飯に混ぜるだけ
- 炒り豆腐・・・鍋に木綿豆腐を手でちぎって炒め、こんにゃくと人参のきんぴらを加えて炒めて出来上がり
- 卵焼き・・・卵と混ぜてフライパンで焼くだけ

春といえば桜餅

お花見の季節にぴったりの桜餅。関東では、クレープのような薄い焼き皮の生地であんこを巻いた形が定番です。江戸時代、江戸の長命寺の門番が散り積もった桜の葉を塩漬けにして、餅をくるんで売ったのが始まりで、別名「長命寺」とも呼ばれます。一方、関西では、もち米を使った、つぶつぶもちもちした食感の生地で、しっかりとあんこを包む形が一般的。もち米を蒸してから乾燥させて粗く砕いた「道明寺粉」を使うことから、「道明寺」とも呼ばれます。同じ桜餅でも、地域によって違いがあるのも、おもしろいですね。

