



しょくじだより



つき組 クレープ作り

9月号
みそらこども園

8月29日にハッピームーンデーをしました。『ハッピームーンデー』はつき組さんがしたいことをたくさんつめこんだ日です。子どもたちが話し合っ、クッキングをしたい！ということで、クレープ作りに決まりました。6グループに分かれて強力粉・砂糖・塩・卵・牛乳を1人ずつボウルに入れて生地を混ぜました。最初の3グループが生地を焼いて、残りのグループはトッピング(バナナ・みかん)をスケーパーで切りました。生地の焼けるいい匂いがして「早く食べたーい」と待ち遠しくしていました。色んな大きさのクレープ生地が焼けました。この日に向けてフェルトで作ったクレープ生地・バナナ・みかん・クリームを使って包む練習をしていたので、みんな上手に包むことができました。おかわりも大好評で「楽しかったー」「また作りたい」と子ども達が喜んでくれました。



はと組 スイートポテトのクッキング



はと組さんは今年度初めてのクッキングでスイートポテトを作りました。グループに分かれて柔らかくしたさつまいもをボウルに入れマッシャーで潰します。潰したら砂糖、バターを加えて混ぜます。手で山の形にし、そこにお菓子の耳や目をつけて「お月見うさぎ」にしました。目や耳の位置でいろんな表情のお月見うさぎができました。



旬の食材を使ったメニュー

【さつまいもタルト】

材料(18cmタルト型1台分)

	さつまいも	420g	ホットケーキミックス	110g
A	マーガリン	20g	米粉	47g
	砂糖	42g	油	47g
	バニラエッセンス	少々	牛乳	60cc
	牛乳	35cc		
	卵	1個		



【作り方】

- ①さつまいもは皮をおき、茹でて熱いうちにつぶす
- ②Aを加えて柔らかいスイートポテト生地を作る
- ③ホットケーキミックスと米粉、油、牛乳を合わせてタルト生地を作る
- ④③の生地を薄く広げて伸ばし型に敷く
- ⑤タルト生地にフォークでところどころ穴をあけておく
- ⑥②のポテト生地を上に入れ流し入れる
- ⑦180度のオーブンで約30～40分焼く

※ご家庭のオーブンによって焼き時間が異なりますのでご注意ください



いも掘り

いも掘りの季節です。掘り立てのさつまいもは、甘みが少ないため1週間ほど置いてから食べましょう。また、60℃～70℃で加熱時間を長くすると、水分を飛ばすことができ、より甘みが引き出されます。

