



もぐもぐだより 10月

青山・金子・渡邊 記

～ 10月20日 誕生会 ～

10月の誕生会献立

- ・さつま芋ごはん
- ・きのこあんかけハンバーグ
- ・くるくるマカロニサラダ
- ・わかめとまいたけのみそ汁

今月の誕生会も秋らしい献立です。甘くてほくほくのさつまいもと、つやつやの新米のさつま芋ごはんはこの時期ならではの味わいです。みんなで秋を感じながら食べました♪



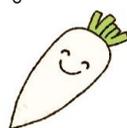
うさぎ組、こあら組も食べ始めるときに、「おいもご飯だ～♪」と可愛い声が上がりました。「いただきます。」とさつま芋を探しながらモリモリ食べている様子が見られました。食欲の秋ですね！



～ らいおん組・大根 ～

らいおん組が9月に植えた大根が順調に育っています♪
おいしい大根の選び方を知っていますか？大根の表面に張りがあり、持った時にずっしり重みを感じるものがおいしい大根です。カットされている場合は、断面のキメが細かく、「す(空洞)」が入ってないものを選んでください。

収穫した大根は、子どもたちが切ったり、型抜きをしたりしておでんにする予定です。今から大きくなるのが楽しみです。



♪ さつまいもスティックパイ ♪

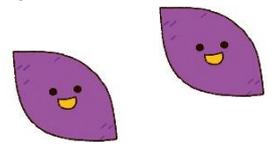
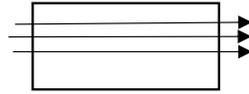
さつまいもの美味しい季節ですね。子どもたちに好評だったおやつレシピを紹介します。

【 さつまいもスティックパイ 】 ※作りやすい分量です。

さつまいも 小さめ1本
冷凍パイシート 1枚
ホットケーキシロップ、ごま塩 適宜

《作り方》

- ①さつまいもは1.5cm四方の長さ6cmほどのスティック状に切る。
- ②パイシートは1cm幅で細長く切る。
※この向きに細長く切る。
- ③スティック状に切ったさつまいもに
②をらせん状に巻きつけ、オーブンシートを敷いた天板に並べる。
- ④③にホットケーキシロップをかけ、ごま塩を少しふる。
- ⑤200℃のオーブンで15分焼く。
※オーブンの温度、焼き時間は調整してください。



♪ みたらし団子 ♪

絹ごし豆腐を入れているので普通の白玉団子より柔らかく、くっつきにくく、子どもでも食べやすくなっています。お子さんと一緒に作ってみるのも楽しいですね！

【 みたらし団子 】

- 白玉団子 ※約20個分作りやすい分量です。
白玉粉 100g、絹ごし豆腐 100g、水 適宜
- みたらしあん ※作りやすい分量です。
砂糖 大さじ4(36g)、しょうゆ 小さじ2(12g)
酒 小さじ1(5g)、片栗粉 大さじ1/2(6g)、水 大さじ4(60g)



《作り方》

- ①ボウルに絹ごし豆腐を入れて滑らかになるまでつぶす。
- ②①に白玉粉を入れてこねて水を少しずつ加えながら、耳たぶくらいの固さになるまでしっかりと練り合わせる。手にくっつかなくなればこね上がりです。
- ③生地を20等分にし、丸めて真ん中をくぼませる。
- ④鍋にたっぷりのお湯を沸かし、沸騰したら白玉団子を入れる。
(2~3分で浮いてくるので、浮いてきてからさらに1分くらい茹でる。)
- ⑤ボウルに冷水を用意して、茹で上がった白玉団子を何度か水を変えながら冷やす。
- ⑥みたらしあんを作る。鍋に材料を入れ火にかけて絶えず混ぜながら、とろみがつくまで煮詰める。
- ⑦みたらしあんの粗熱がとれたら白玉団子にからめる。

