



クッキングだより☆

もも・ばらさん

「さつまいもごはんおにぎり」

クッキング☆

年少さんになって初めてのクッキングをしました。
秋の味覚、さつまいもを使ってさつまいもごはんを作って
さらにおにぎり🍙を作りました☆

まずは朝一番に炊飯器でさつまいもごはんを炊きます。
お米を洗って入れたお釜に塩と酒を入れてよく混ぜます。
そして水加減を調整して、さつまいもを上に入れます。
子どもたちは「おいしくなあれ♪」の呪文を唱えて
スイッチON！お部屋で炊きあがるのを待っていると
蒸気とともにおいしそうな匂いがしてきました。
おいしそうな匂いに包まれながら午前中の活動を終えて
待ちに待った給食の時間☆

お茶碗にラップを敷いてそこにさつまいもごはんを入れて
もらいます。こぼれないように上をキュッとねじって優し
く三角にしていきます。

「みてみてー！おもちみたいになったよー！」「ほら！こ
んなにきれいに丸くできた！」など楽しそうに見せてくれ
ました。

自分でにぎったおにぎりはとってもおいしかったみたい
です☆お家でもおにぎりをにぎるお手伝いをしてくれるか
もしれませんね♪

☆さつまいもごはん☆

- 米 2合
- さつまいも 100g
- 食塩 小さじ2/1
- 酒 大さじ2

- ①さつまいもを1cm角のさいの目に
切って水煮さらす
- ②お米を洗って水気をきる
- ③②に酒と食塩を入れて混ぜる
- ④2合の目盛まで水を入れる
- ⑤さつまいもを入れて炊く



2024年11月
聖ミカエル広畑幼稚園
給食室

たんぼぼさん

「スイートポテト」

クッキング☆

年中さんは旬のさつまいもを使ってスイートポテトを作りました。

前回のポテトサラダ作りと同様にさつまいもの皮をむいて豆乳と砂糖と混ぜてスイートポテトにしました。

まずは、ラップを子どもたちの前にセットしてさつまいもを配ります。「みんなに渡すまで触らないでね」と声をかけるときちゃんとみんな守ることができました。

さっそくさつまいもの皮をむいていきますが、じゃがいもと違ってぴったりと皮がくっついていてなかなかむけず、少し手伝いながらもみんなきれいにむけました☆

次に袋に入れて上から出てこないようにしっかり握ってなめらかになるまでつぶします。ほとんどの子がこぼさず、上手にできました。

そして丸めてカップに載せて上からグラニュー糖をかけて完成です♪

始まる前は久しぶりのクッキングに緊張気味のたんぼぼさんでしたが、始まってからはとっても上手にたのしくできました。自分で作ったスイートポテトは格別のおいしさでした。

☆スイートポテト☆

- さつまいも 20g
- 豆乳 7g
- 砂糖 4g
- グラニュー糖 適量

- ① さつまいもを蒸して皮をむく
- ② よくつぶして豆乳、砂糖を入れてまぜる
- ③ 形成して、上にグラニュー糖をまぶす

