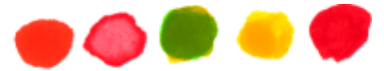




2月3日 (月)



昼 食

おやつ



オニライス
鰯の蒲焼き
せんキャベツ
具だくさん汁
みかん

鬼まんじゅう

麦茶

節分に因んだメニューです。オニライスは
赤い人参御飯に、野菜・ウィンナー・海苔・甘納豆で顔を作ります。
幼児クラスは子どもたちで盛り付けをして
色んな表情の鬼ができました♪

～レシピ紹介～

《 作りやすい分量 》

さつまいも 200g
小麦粉 140g
ベーキングパウダー 小1/2
砂糖 50g
塩 ひとつまみ
牛乳 100g

【 鬼まんじゅう 】

《 作り方 》

- ① さつまいもはよく洗い、皮付きのまま1cm角に切る。
- ② ①に砂糖と塩をまぶし、そのまま20分置く。
出てきた水分は捨てずに取っておく。
- ③ 小麦粉・ベーキングパウダーを合わせてふるい、②を加えて
さっくりと混ぜ、牛乳を加えながら混ぜ合わせる。
- ④ アルミカップ8分目くらいまで生地を入れ
蒸気の上上がった蒸し器で15分蒸す。
- ⑤ 蒸しあがったら竹串を刺し、生地が付いてこなければできあがり。
※生地が付いてくるようであれば蒸し足す。

