



11月 もぐもぐだより

R7.11.28 調理員 記



4日 スイートポテト作り★どう組



総合高校で収穫したさつま芋を使用し、子どもたちが好きなスイートポテトを作りました。蒸したさつま芋をつぶし砂糖・バター・生クリームを加えたものを、どう組がラップを使い細長い形に成形してもらいました。そして、仕上げにごまを少々♪付けました。おやつの時間、「おいしい〜♥」「上手にできたね」「もっと食べたい!!」、スイートポテト作り大成功!!



さつまいも
やわらかいね♥



ごまをパラパラ〜♪



おいしく
できたよ〜♥



17日 ごますり★こあら組

大きなすり鉢を見て「おさら?」「おちゃわん?」初めて見る道具に興味深々!! すりこ木棒を使い、ごますりに挑戦しました!! 少しずつすりつぶされていく様子に「こなこなだ〜」と子どもたち。ごまの香ばしい匂いがしました。

栄養まめ知識

「すりごま」はいりごまをさらにすりつぶし、粉状にしたもので、香りと風味が増し、栄養の吸収率が高まります。



ごまのかおりが
するね♥



おいしい〜★

