

=オンラインミニ講習から=

2022. 2. 8

1月25日と2月1日、夜8時から約30分間のミニ講習をしました。いつにない顔合わせができて楽しかったです。後日、参加者から「やってみた！」とか「こんなレシピがあるよ！」など、うれしい反応がありました。せっくなので皆さんと共有したいと思います。(中居)

鬼まんじゅうをつくろう

(レシピは会報に載せたので省略します)

次の日……

早速鬼まんじゅうを作りました。とても美味しかったです。家に有る材料で出来るのでありがたいです。これは1個では終わりませんね。ついもう一つ手が出ました。丹原さんありがとうございました。(大西)

♪ ♪ ♪ ♪ ♪ ♪ ♪ ♪ ♪ ♪ ♪ ♪ ♪ ♪ ♪ ♪ ♪

その後、参加者からさつまいもをつかったお菓子をいくつか紹介していただきました。



さつまいものケーキ

《材料》

さつまいも 300g 生クリーム 200g 砂糖 50g 卵 3個

《作り方》

- ①さつまいもの皮を剥き、適当に切ってレンジでチンする(100g2.5分位か蒸器で蒸す)
- ②さつまいもを潰し全ての材料を混ぜ合わせる。
- ③オーブンのケーキの機能で焼く。(手動だと170℃で50分位)

作ってみました……

(中居)



皆様にお伝えする程のレシピでは有りません。

先日の参加者にお伝えしたいのですが……。尚、我家のオーブンは学生が買う位の1番安い物です。温かい方が美味しいです。(大西)

バターを塗っただけでオーブンペーパーをしかなかったので出す時割れてしまいました！ふんわりしておいしかったです。

石垣まんじゅう

(約5個分)

《材料》

小麦粉60g BP小匙1 砂糖15g 塩ひとつまみ 牛乳40cc さつまいも 80g レーズン 20g

- ①粉類を振るっておく。②①にさつまいもとレーズンを入れて混ぜ、さらに牛乳を加える。③5等分してアルミケースなどに入れて15分蒸す。

こちらも作ってみました……



*鬼まんじゅうは材料がとてもシンプル。

やってみた人からここにバターをのせるとか、シナモンパウダーを振りかけてもおいしかったとの声。シンプルだから自分の好みでアレンジしてみるのも楽しそうです。

もっとふわっとなるはずなのでこれは多分失敗。BPが古かったのかな？

さつまいもスティック

丹原さんに教えてもらったさつまいもを切ってオリーブオイルをかけて
ホイルにくるんでトースターで焼いたのを作りました！
とっても美味しくて、あっという間になくなりました。リピありです。(富宅)

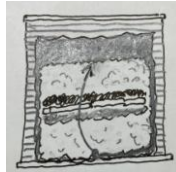


節分のお話とキンパをつくろう

野の花グループの中井さんから、節分の話しを伺いました。季節を表わし、気象の動きや動植物の
変化を知らせる七十二候の話から、年代や地域によって様々な節分の風習などをグループの方たち
に聞いてきて下さり、楽しくお話を伺いました。

キンパ (2本分)

- ①ご飯 1 合 ごま油小匙2 塩一つまみを混ぜ合わせる。
- ②全型のり 1 枚を巻きすの上にのせ、そこに手前はぎりぎり、反対側は2、3 cmあくようにしてご飯を平らにのばす。
- ③真ん中に具をのせる。
- ④巻くときは巻きすの手前ぎりぎりまで持ってきて、一気にご飯の最後までもっていく



《具のこと》

この日の具は、牛肉を甘辛く味付けしたもの、にんじん、ほうれん草のナムル、たくあん等でした。
ごま油の香りと軽い塩気がおいしいキンパ。お好みでいろいろなものを工夫してみてください。

Q 海苔巻きは噛み切りにくいときがありますが、海苔はどのようなものを選んだらいいですか？
A 分厚い海苔はいろいろな海苔が混ざっていてあまりいい海苔ではないのよ。

あらら、厚いほうがいいと思ってました～

♪参加者から♪

最近、節分の巻き寿司は買う事にしていましたが、久しぶりに巻きました。キンパ初めて頂きましたが、とても美味しかったです。中井さんの節分の話もとても面白かったです。楽しい時間をありがとうございました。(大西)



具をアレンジしました！
キムチ、チーズ、コーン



〈編集後記〉

私は週 3 日、夕方おやつ時に保育園に行っています。毎日おやつの前に先生が子どもたちにいろいろなお話をしますが、この日は2月3日。午前中に”鬼”がきたそうで子どもたちは「怖くなかった～」と強がりな反応もありながら、怖かったようです。先生は節分にまつわることを子どもたちと対話しながらお話しされました。その時3才くらいの子どものがなんで豆をまくのかとか、玄関につるすヒイラギとイワシの頭のことも知っていて先生の質問に答えていたのにびっくりしました。若い家庭でもこんな会話がされていることに感心しました。そしてそしてこの後だされたおやつがなんと鬼まんじゅうだったので、なんてことなの！とここまで同期するうれしさで気分がわくわくしました。(中居)