

おやつを食べよう会

平成24年7月10日・野方さくら保育園

☆今回のおやつを食べよう会は保育園の人気のおやつです☆

今回のレシピは ●レーズン蒸しパン ●ドーナツ ●りんごシャーベット

♪レーズン蒸しパン♪

<材料> 4人分

小麦粉100g レーズン20g 豆乳60g
ベーキングパウダー30g 砂糖 30g 角チーズ20g

<作り方>

小麦粉とベーキングパウダー砂糖をふるっておき、豆乳を入れ生地を作ります。生地の中にレーズンとチーズを入れアルミカップなどに入れ蒸し器で12～15蒸し出来上がりです。

☆今回は、牛乳の代わりに豆乳を使っています。アレルギーの子どもでもおいしく出来ます。

♪ドーナツ♪

<材料> 4人分

小麦粉 100g ベーキングパウダー 3.2g
砂糖 30g 牛乳 100g 揚げ油

<作り方>

小麦粉とベーキングパウダーと砂糖をふるっておきます。ふるった粉に牛乳を入れ生地を作り170度の油で揚げ火がしっかり通ったら出来上がりです。

☆牛乳の代わりにお水でもおいしく出来ます。

♪りんごシャーベット♪

<材料> 4人分

りんごジュース200g みかんの缶づめ 適量
ゼラチン5g
お水 30g

<作り方>

お水でゼラチンをふやかしておきます。りんごジュースとゼラチンを火にかけてゼラチンをよく溶かしカップにみかんとりんごジュースを入れ冷凍庫で2時間冷やし出来上がりです。

☆色々ジュースをかえてもおいしく出来ます。ゼラチンの溶けが悪いと固まりにくくなりますので、しっかり溶かしましょう。

