



# お月見メニュー



本日10月1日は、“十五夜”です。十五夜といえば、“満月、うさぎ、すすき、お団子”などのイメージがあると思います。園では1日早かったのですが、昨日9月30日に「アンパンマンふりかけご飯・満月をイメージした“スコッチエッグ（油で揚げない調理方法で作っています）”・ブロッコリーとコーンのサラダ・里芋の煮っころがし・すすきの中にあるウサギをイメージした“うさぎ人参とえのきのすまし汁”」おやつには「お月見団子」といったお月見メニューを取り入れました。

今回はこの中から、お月見団子のレシピを紹介したいと思います。

## ～ お月見団子（以上児・2歳児対象） ～

〈材料 5人分〉

・白玉粉	100g
・砂糖	30g
・さつまいも	1本
・水	80cc～
・きな粉	適量

### 〈作り方〉

- ①さつまいもは皮をむき、適当な大きさに切り、10分程度水にさらしておきます。
- ②水を切ったさつまいもを鍋に入れ、さつまいもが浸る位の水を入れて、やわらかくなるまで煮ます。やわらかくなったら湯を切り、火にかけ水分をとばし、マッシャーなどでつぶしておきます。
- ③ボウルに白玉粉、砂糖を入れ混ぜ合わせます。この時、ダマの大きい白玉粉を指でつぶしておきましょう。
- ④③に粗熱のとれたさつまいもを入れ、軽く混ぜ、水を80cc入れ混ぜます。生地は、耳たぶ位の硬さにします。80ccの水で足りないようでしたら少しずつ水を足して様子を見ていって下さい。
- ⑤鍋に適量の水を入れ、沸かしておき、④を食べやすい大きさに丸めます。あまり大きすぎますと中まで火が通りにくいので注意して下さい。
- ⑥沸騰したら丸めた生地を入れ、お団子が浮いてきてから5～7分してから、水をはったボウルに穴あきお玉などを使用してお団子をうつし入れて冷やします。
- ⑦水を切ったお団子にきな粉をまぶして出来上がりです。

0、1歳児の幼児食のお子さんには、まだお餅は早い為、さつまいもの蒸しパンを食べてもらいました。材料は小麦粉：50g、ベーキングパウダー：3g、きな粉：10g、砂糖：20g、さつまいも：30g、牛乳：適量で、作り方はさつまいもはお月見団子と同じ様に準備しておき、蒸しパンの生地に入れ蒸します。色も黄色で丸いので満月の様になります。

