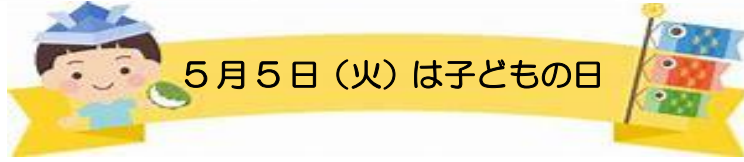
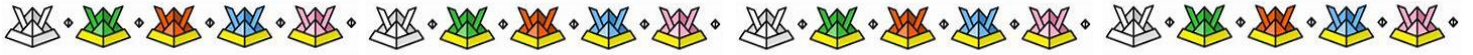




そらあん保育園  
SORA-AN NURSERY SCHOOL

緊急事態宣言の発令で自宅での調理する機会が多くなると思います。  
自宅で簡単にできる「子どもの日」向けメニューをご紹介します♪  
食育も兼ねていかがでしょうか？



5月5日(火)は子どもの日

去年の子どもの日のメニューが人気だったのでご紹介します♪  
子どもたちが大好きなカレーに鯉のぼり型のご飯を平たく盛りつけ、レーズン(目)と人参(鱗)をトッピングしました。  
ハムやきゅうり、コーンなどで色違いの鯉のぼりを作るのも楽しそうですね♪



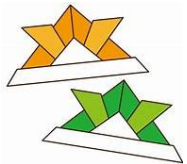
2019年の「鯉のぼりカレー」



このメニューも  
オススメです

### ご紹介するのは「兜のおかし」

春巻きの皮で兜を折って作るおかしです♪  
季節感がある楽しいクッキングを是非お家でやってみてください！色々なアレンジ可能です

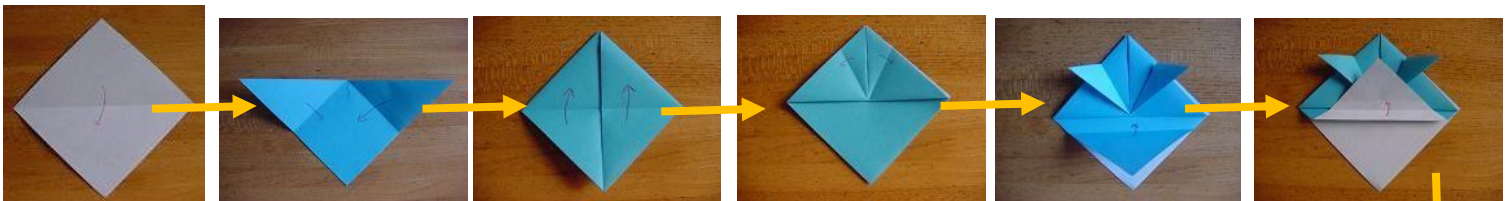


#### <材料>

春巻きの皮 3枚  
ごま油 大さじ2~3  
【ジャーマンポテト風】  
マッシュポテト  
とろけるチーズ  
ベーコン 等々

#### <作り方>

- ①オーブンを200℃に予熱します。(トースターでも作れます)
- ②春巻きの皮で折り紙と同じ折り方で兜を折ります。  
(水溶き小麦粉や油を付けながら折ると形がきれいに仕上がります)
- ③兜の最後の折る工程の前にお好きな具材を詰めてから折ります。
- ④ごま油をハケで塗ってクッキングシートを敷いた鉄板に並べます。
- ⑤200℃のオーブンで10~15分焼いたら出来上がりです。



#### <この兜も美味しくなるかも…♪>

具材なしで皮のみ油で揚げる→パリパリお菓子  
鶏そぼろと炒り卵を包んで焼く→おかず風  
玉ねぎ、セサミ、チーズ、ピザソースで焼く→ピザ風  
子どもの好きな具材を入れてアレンジしてみてください。



この中に具材  
を詰めます