

子育て支援情報

市役所こども育成グループから、子育てに関する情報を毎月1日号で、お知らせします。

支援情報

問合せ先 園こども育成グループ
☎52-1111(内線362)

No.128



S.Dさん からのエピソードです。

カワラッキーのフェイスブックができました!

<https://www.facebook.com/kawalucky/>

みんなアクセスしてみてね!



カワラッキーの月かわりレシピ

こども食育マスコットキャラクターのかわら食人カワラッキーが、保育園で子どもたちが食べている給食やおやつのでき方の一部を紹介します。家庭でも簡単にできます。ぜひ、お子さんとといっしょに作ってみてください。

◆かぼちゃケーキ

材料(約7個分)

かぼちゃ35g、かぼちゃペースト160g、バター50g、砂糖60g、卵Mサイズ1個、小麦粉100g、ベーキングパウダー2g

作り方

- ①かぼちゃは薄切りにする。
- ②バターを白っぽくなるまで混ぜ、砂糖を加えてさらに混ぜる。
- ③②に卵を少しずつ入れて混ぜる。かぼちゃペーストを加えてさらに混ぜる。
- ④小麦粉とベーキングパウダーを合わせてふるい、③に数回に分けて加えて混ぜる。
- ⑤アルミカップに④を入れ、①を上のにのせてオーブンで180℃、約25分焼く。竹串を刺して焼け具合を確認し、中心まで焼けていなければもう少し焼く。

カワラッキーから一言

かぼちゃペーストは、電子レンジで簡単に作れるよ。生のかぼちゃを水にさっとくぐらせてからラップで包んで、電子レンジでチン♪ 熱いうちにスプーンですくって、フォークでつぶしたらできあがり。

