



「きゃべつくん」



お腹を空かせたフタヤマさんにきゃべつくんは、「僕を食べたらこうなる」ときゃべつの姿になった、たくさんの動物たちの姿に子どもたちはいろいろな想像をして楽しそうでした。シューケット・シュークリームの意味はわかったかな？…それよりも、絵本に夢中でした♪

子どもたちも良く知っているシュークリームのシューはフランス語できゃべつという意味で、シュークリームがきゃべつの形に似ていることから名付けられました。シューケットはシュー(きゃべつ)ケット(小さい)という意味になります。シュー生地には味が付いているので、クリームは入れなくてもおいしく食べられます♪
きゃべつの緑色に見せるために抹茶で緑色と、子どもたちの好きなココアの2種類をつきました。子どもたちに大人気のおやつでした♪



4月のだいすきメニュー

●新じゃがバター

材料(子ども1人分)：新じゃが 50g、バター 3g、塩 少々

作り方：1. 新じゃが芋は皮つきのままよく洗います。

2. 1を皮付きのまま蒸し器で15～20分ほど蒸します。

3. 柔らかくなったら新じゃがの上に十字の切れ目を入れて塩、バターを上のにせ出来上がりです。

※電子レンジの場合

2を濡らしたキッチンペーパーで包み、その上からさらにラップでくるみます。500Wで4分、裏返して1分温めます(固いようでしたら追加してください)。



●サラspa

材料(子ども1人分)：スパゲティ 10g、きゃべつ 20g、人参 5g、コーン缶 5g、マヨネーズ 3g、塩 少々

作り方：1. スパゲティを半分におっ好みのかたさに茹でます。

2. コーン缶は水を切ります。きゃべつ、人参は千切りにして茹でます。

3. ボールに1と2を入れ、塩少々とマヨネーズで和えてお皿に盛り付けたら出来上がりです。

