

今月のおすすめメニュー おかずとおやつレシピ

端山保育園

2013年 4月

< 鮭のポテト焼き >

子ども1人分

材料

鮭	1/2切(40g)	じゃが芋	35g
塩	0.2g	牛乳	3g
青のり	少々	バター	2g
		塩	0.1g



作りかた

1. 鮭に塩をふりかける。
2. じゃが芋は、茹でてつぶし塩・バター・牛乳を混ぜる。
3. ①に②をのせて、230℃のオーブンで12分焼き、青のりをふりかける。

♪♪上に乗せるポテトを 前日に残ったポテトサラダを
使ってみてもいいかもしれませんね♪♪

< みたらし団子(くるみ入り) > 子ども1人分

材料

白玉粉	20g
くるみ	1.5g
砂糖	5g
醤油	2g



作りかた

1. 白玉粉を耳たぶくらいの固さになる様に水を加えて混ぜる。
2. 団子状に丸めて、沸騰している湯の中で浮き上がるまで茹でる。
3. 団子の水気をよく切って、あらかじめ火にかけてある調味液(砂糖・醤油)と刻んだくるみの煮汁を団子にからませる。

♪♪いつもと少しちがったみたらし団子です。
刻んだくるみの良い香りがします。♪♪

