

## 活動報告…

# ♪ 菜の花会クッキング ♪

ユーアイふくいにて

2011年6月18日

7家族 15名参加

6月18日、ユーアイふくいにて「菜の花会クッキング」が開催されました。

七家族の方にお集まりいただき、とても和気あいあいとした雰囲気の中で料理がすすんでいきました。途中、具材を混ぜたり、型に流したりするだけでなく、ナゲットの形づくりやカップケーキへの盛り付けなどにも子どもさんたちは一生懸命お手伝いしていました。

料理はどれも見た目抜群、美味しくて栄養も考えられているもので、何度でも食べたくなくなってしまふものばかりです。レシピをつけましたので、是非参考に作ってみてください。

それでは、参加者の皆さんの感想とともに、クッキングを振りかえってみようと思います。

### 《参加された皆様の声》



久しぶりのクッキング参加でしたが、家のメニューはマンネリ化してしまうので、除去食のレパートリーが増やせ、とても為になりました。

店に売っている食材の情報交換なども出来て良かったです。どうもありがとうございました。(Yさん)

ナゲットの形をハートや顔などかわいい形にしている子もいました！子どもさんも楽しくお手伝いしていました♪

### ❖ひよこ豆と豚肉のナゲット風❖



## ☆アメリカンドッグ☆



野菜の寒天ゼリー寄せ、すごく色どりがよく、きれいで、野菜もとれるし是非作ってみたいなと思いました。子どもたちはアメリカンドッグとナゲットを喜んで食べていました。菜の花会クッキングに参加できて良かったです。(Iさん)

## ☆まっ茶とココナッツミルクのプリン☆



たくさんのお母さんとお話できて楽しかったです。また明日から頑張ろうと思えました。同じ材料でもドーナツになったり、アメリカンドッグになったり蒸しパンになったりとアレンジできて楽しめました。今回は子どもも参加できるように、ナゲットの形づくりをしてもらったので喜んでくれて良かったです。(Tさん)

初めて参加しました。

自分だけではワンパターンだった料理だったので、幅が広がりそうです。皆さん、料理上手でアレンジ上手でとても勉強になりました。そして、何より、ちょっとした疑問も気軽に聞けたり、良い方法、売っているお店なども教えてもらえたりしてよかったです。美味しかったし、楽しかったです。(Mさん)

## ☆野菜の寒天ゼリー寄せ☆



いつもマンネリ化になってしまう除去食ですが、ちょっと手を加えるだけで、色々メニューも増え、また家でも頑張ってみようと思います。先輩お母さん方とも色々話が出来、参考になることばかりでした。ありがとうございました。(Tさん)

## ☆米粉のフレーン蒸しパン

### キャロット蒸しパン☆

