



# キッズクッキング教室 レシピ(4人分)



こんだて	ざいりょう 材料	ぶんりょう 分量	つくかた 作り方
トースト ガーリック	食パン (4枚切り) バター にんにく(おろし) パセリ(乾そう)	2枚 2個 小さじ1 この お好み	<ol style="list-style-type: none"> <li>① バターは常温にもどしておきます</li> <li>② バターとにんにくをまぜあわせませす(ガーリックバターをつくりませす)</li> <li>③ 食パンを半分に切りませす</li> <li>④ 食パンに②のガーリックバターをぬりませす</li> <li>⑤ ④をオーブントースターなどでこんがりとし焼き色がつくまで焼いたら出来上がりです(^◇^)</li> </ol>
具だくさん ミネストローネ	トマト水煮缶 ミックスベジタブル じゃがいも ベーコン にんにく オリーブオイル 水 コンソメ 塩・こしょう パセリ	1缶(約400g) 1/2カップ 中 1/2 個 小 2 枚 1 かけ 大さじ1 500ml. 1 個(5g) 少々 この お好み	<ol style="list-style-type: none"> <li>① にんにくはみじん切り、じゃがいもとベーコンは小さめの角切りにしませす。(じゃがいもはさっと水にさらしませす)</li> <li>② 深めの鍋にオリーブオイルを入れ、みじん切りにしたにんにくを加え、火にかけませす。</li> <li>③ にんにくの香りがしてきたら、ベーコンを加え、ミックスベジタブル、じゃがいもを加え全体的に火を通したらトマト水煮缶、水、コンソメを加えて中くらいより少し弱い火にかけコトコト煮ていませす。野菜がお好みの固さに煮えたら、塩こしょうで味を調整しておこのみでパセリをふりかけて出来上がりです♪</li> </ol>
鶏のてりやき	鶏手羽元(鶏肉) しお こしょう はくりきこ 薄力粉 水 しょうゆ はちみつ サラダ油	4 本 少々 少々 適量 大さじ3 大さじ1 大さじ1 小さじ1	<ol style="list-style-type: none"> <li>① 鶏肉にしお・こしょうで下味をつけて少し味をなじませませす。焼く前に全体的に薄力粉をまぶしませす。</li> <li>② 水・しょうゆ・はちみつは混ぜておきます</li> <li>③ 熱した鍋にサラダ油をひき、<b>(※火を使う時は必ず大人と一緒に使ってね!!)</b> ①の鶏肉を焼きませす</li> <li>④ 焼き色がついたら、②を入れて全体的にからませたら、ふたをして中くらいより少し弱い火で鶏肉にしっかりと火を通したらできあがりです。 ☆できたら飾りつけもするといひよ!</li> </ol>
クリスマスサラダ	ブロッコリー ミニトマト パンネ スライスチーズ ハム ドレッシング 	適量 4 個 適量 2 枚 2 枚	<ol style="list-style-type: none"> <li>① ブロッコリーはきれいに洗って、小房にわけて塩ゆでしませす。</li> <li>② ミニトマトはへたをとりのぞき、きれいに洗います。半分くらいに切りませす。</li> <li>③ パンネ(マカロニ)も塩ゆでしてさましておきます</li> <li>④ スライスチーズとハムは星型など、好きな型で型抜きしてください</li> <li>⑤ お皿に彩り良くもりつけて、食べる直前にドレッシングをかけてできあがりです!(^^)!</li> </ol>

<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">(デコレーションのみ) ブッシュ・ド・ノエル</p>	<p>ロールケーキ 生クリーム (白・チョコ) アラザン ふんとう 粉糖 くだもの 果物 クリスマス飾り (ピックなど)</p>	<p>1本</p>	<p>ロールケーキや飾りはこちらで用意します(*^-^*)♪ 最初に調理台でデコレーションの仕方を見せますのでみんなで好きなようにデコレーションしてみましょ！ 4人で1本にかざりつけするよ！</p>
---	--	-----------	---

グループになったおともだちとは、お互いに相手を思いやりながら仲良くすることで楽しく安全に調理実習をすることが出来るよ(\*^-^\*)♪ 初めてで緊張もあるかもしれませんが、小さなことでも気になることはえんりょなく声をかけてくださいね!!

