

6月



園庭には…

園庭では今年も沢山の野菜を育てています。

トマト・ナス・きゅうり。そして今年度はオクラ、そら豆にも挑戦中です。子どもたちが、お水をあげたり、お世話をしてくれています。自分たちで大切に育て、野菜が育っていく様子を観察し、夏には美味しい野菜が収穫できるといいですね。そして収穫した野菜は給食室で調理をし、みんなで美味しく頂きたいと思います。

ミニトマトでしたらご家庭でも簡単に育てることができますので、お子さんと一緒に育ててみてはいかがでしょうか？自分で育てた野菜の味は格別だと思います。

おまけ・・・

園庭にはハーブも植わっています。良い香りのするハーブ♪子どもたちはいくつ気づくかな??



### 今月の世界の料理 27日～イギリス

シェパーズパイ…パイ生地の代わりにマッシュポテトを用いたパイ風料理。牛などのひき肉とみじん切りにしたたまねぎ・にんじんなどの野菜を炒めてソースで煮たものをパイ皿に敷き、上をマッシュポテトでおおってオーブンをういて焼いたもの。

◇「シェパード」は「羊飼い」の意。忙しい羊飼いが手軽に作ったからとも、羊の肉を使用していたからともいわれています。保育園では、豚ひき肉を使いミートソースの様に仕上げ、その上にマッシュポテトをのせて焼きます♪

スコーン…小麦粉やオートミールなどで作った生地を丸く焼いた、小型のパンケーキ。小麦粉・卵・バター・牛乳・ベーキングパウダーなどを混ぜて焼いた小型のパン状の焼き菓子。バター・ジャムなどと共にどうぞ😊



### ● シェパーズパイの作り方 ●

- じゃがいも…5個
  - 牛乳…100g(芋の水分量に合わせて調節)
  - バター…30g
  - 豚挽き肉…300g
  - たまねぎ…1個
  - ソース・ケチャップ・薄力粉…各大匙1
  - トマト缶…1缶(400g)
- ① じゃが芋は茹でて潰し、牛乳とバターを加えてマッシュポテトを作る。
  - ② 玉ねぎはみじん切りにし、油を敷いたフライパンで肉と共に炒める。肉の色が変わったら、ソース・ケチャップ・薄力粉・トマト缶を加えて水分を飛ばす。
  - ③ 耐熱容器にミートソースを敷きつめ、上からマッシュポテトをのせ、フォークで筋をつける。
  - ④ 200℃のオーブンで 20～30 分程(表面に焼き色がつけばOK)焼きます。※上の材料を半量くらいで作ればオーブントースターでも焼けます。