



おすすめの絵本～おいしいおと～

五感をフル活用して味わおう

これは「音をたてて食べる」ということとは少し違います。この絵本では「五感をフル活用して、食べ物の姿や、香り、口当たり、歯応え、温度などをゆっくり味わって食べてね」と、絵本の中の美味しそうな食べ物たちが語りかけているようです。じっくり味わって食べると、食べ物の様々な特徴に気づくことができます。そうすると、「パクパク」「モグモグ」「ムシャムシャ」だけではないバラエティに富んだ音で、「食べる音」を表現することができるのですね。

とても個性的な音なので、文字を追うだけではスラスラと読めない絵本です。読む時にも五感をフル回転させて、実際に食べたり飲んだりするつもりで読んでみましょう。そして時には書かれている音にとらわれすぎず、「自分たちにはこんな音に聞こえる！」という音で、親子でアレンジして読んでみても楽しいですね！乳児さんにも、音や絵で楽しむことができるのでおすすめです📖

今月の世界の料理は 18日、ギリシャの『ムサカ』・おやつには『ルクマデス(ドーナツ)』が入っています。

ムサカとは、ナスなどの野菜とミートソースを合わせ、主にオーブンで焼いた料理です。トルコをはじめ、ギリシャやブルガリアなどのバルカン諸国、エジプトなど、東地中海沿岸の伝統料理として知られています。ギリシャのムサカは、ナスやじゃがいもをミートソースと重ね、ホワイトソースとチーズをかけて焼いたものです。ルクマデスとは、生地の軽い揚げドーナツでシナモンパウダーと蜂蜜をかけて食べます。(園では蜂蜜ではなく、メープルシロップをかけています。)

ルクマデスの作り方

材料:薄力粉(50g)・強力粉(50g)・ドライイースト1/4・牛乳(50g)・水(50g) ☆シナモンパウダー・メープルシロップ

作り方:①ボウルに材料をすべて入れ、スプーンで全体を混ぜふんわりとらップをし、40度で60分発酵させる。

②ぬらしたスプーン2本で生地を一口大に丸め、180℃の油で揚げる。

③仕上げにシナモンパウダーとメープルシロップをかける。

