

11月



さつまいも掘りのお芋は・・・

先月は、秋の味覚『さつまいも』掘りがありましたね。さつまいも掘りの当日には、掘りたてのさつまいもを蒸かし芋にしておやつで提供しました。皆、『美味しい〜♪』と嬉しそうに頬張っていました！素材そのものの味を味わうのもいいですね。また、別の日にはさつまいもの茎も甘辛く味付けをして提供しました。ご家庭では中々、さつまいもの茎を食べる機会が少ないと思います。普段、食べ慣れていないものですが、ひと口食べたみたら美味しかったのか、幼児さんはおかわりをして食べる姿も見られました😊

別の日には、ペースト状にしたさつまいもの中に入れ、角切りにしたさつまいもをトッピングした『黒ゴマとさつまいものマフィン』を提供しました。こちらも大人気！子どもたちから「また作って！！」の声を頂きました♪自分たちで収穫する体験・収穫したものを食べる体験・さつまいもの茎を食べる経験など、良い体験や経験に繋げることができたかと思います。

🍕 今月の世界の料理～22日イタリア～マルゲリータ 🍕

マルゲリータは、イタリア料理のピザ（ピッツァ）の種類の一つで、ナポリピッツァの代表です。トマトソースの上に、具材としてモッツアレラチーズとバジルの葉を載せたもの。イタリア語では pizza Margherita といい、そのままピッツァ（ピザ）・マルゲリータと呼ぶことも多いそうです。

🍕 名前の由来 マルゲリータという名前は、イタリア王ウンベルト一世の王妃、マルゲリータに由来しています。1889年、マルゲリータ妃がイタリアのナポリを訪れた際にピザが献上され、そのピザをととても気に入ったそうです。マルゲリータは、トマトの赤、モッツアレラチーズの白、バジリコの緑がイタリアの国旗をイメージさせることから、イタリアの代表的なピザとなりました。

🍕 材料

(直径 25cm 1 枚分)

【ピザ生地】

【A】

- ・強力粉 80g
- ・薄力粉 80g
- ・粗塩 小さじ 1/2
- ・砂糖 小さじ 1/2
- ・ドライイースト 2g

【B】

- ・水 110g
- ・オリーブ油 小さじ 1
- ・モッツアレラチーズ

1 コ (100g)

- ・バジル (乾燥)
- ・トマトケチャップ

🍕 レシピ 🍕

- 1 大きめのボウルに【A】を入れ、泡立て器で混ぜ合わせる。【B】を加え、ゴムべらで水けがなくなるまで混ぜる。
- 2 ゴムべらで、生地をボウルの側面になすりつけるようにして広げる。
ポイント！側面に貼りつけることで、生地が引っ張られ、コシが強くなる。
- 3 ボウルにぴったりとラップをし、乾燥させないようにして 15 分間おく。
- 4 ゴムべらで生地を寄せてひとまとめにし、再びボウルにラップをし、室温に 1 時間おいて発酵させる。生地が約 2 倍の大きさになれば OK。
- 5 生地の表面に茶こしなどで打ち粉を軽くふりかけて、カードなどを使ってボウルの側面から外し、ひっくり返して生地を台（またはまな板など）に落とす。
- 6 生地に軽く打ち粉をふる。打ち粉をつけた麺棒で前後にのばし、向きを変えてまたのばし、直径 20cm くらいの円形にする。
- 7 手で直径 25cm くらいまでのばす。指先で生地を外側に押し出すようにして広げ、生地の縁から 1cm くらいは、生地を厚くする。
- 8 オープン用の紙を敷いた天板にのせ、縁から 1cm ほどあけて、【トマトソース】を広げる。モッツアレラチーズとバジルをちぎって散らし、オリーブ油大さじ 1 を回しかけ、240℃に温めたオーブンで 10～12 分間焼く。