

# 親子でクッキング

長いお休みになって、退屈しているお友達  
お母さんとおやつをつくってみては？

==魔法のゼリーを作ってみよう！！==

## 材料

A 100%ジュース 500 c c (リンゴ・オレンジ・ブドウ・マンゴー100%なら何でもいい)

A ゼラチン粉末 15 g (粉でも板でもOK)

A 砂糖 100 g (甘いのが苦手な方はお好みで調節してね)

B 卵 1個

B 牛乳 200 c c

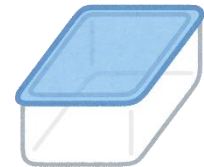
B 生クリーム 200 c c

Bの材料はあらかじめ混ぜておきます



## 作り方

- ①鍋にAのジュース、ゼラチン、砂糖を入れ火をつけ、一煮立ちするまで ヘラで混ぜ合わせる。
- ②沸騰したら火を止める
- ③鍋の中に混ぜておいたBの材料を入れ。よくかき混ぜる。
- ④タッパーやカップにサッと流し込む。(透明な容器に入れると良いです)
- ⑤冷蔵庫へ移動。数時間後にあら不思議どうなっているでしょう？



## ※ポイント

ゼラチンが鍋の底に隠れてるのでよくかき混ぜて確かめてね。生クリームは純生がおすすめですが、植物性のホイップもOKです。

## その他こんな事も…。

- \* 良く手を洗い (ビニール手袋着用) サラダのレタスなどをちぎる。
- \* 餃子の具やハンバーグ、シューマイの種を混ぜる。大きい子は餃子やシューマイをつめたり、ハンバーグの形成する。
- \* コロッケやポテトサラダのジャガイモをつぶす。大きい子は、コロッケの種を丸める。衣をつける。
- \* この際、お米のとぎ方も教えてみる？
- \* クッキーづくり \*ホットケーキミックスを混ぜる、焼く。 \*餃子の皮を使ってピザづくり
- \* 簡単な野菜を切ってみる。

などなど、考えると子ども達にもできる事がたくさん。今、いっしょに面白がっている事が将来のママの強い味方を育成する事になるかも？将来のシェフが誕生するかも…？