

今月の 簡単手作り
おやつレシピ



材料(4人分)

- もち米……………2カップ
- 水……………1½カップ
- 塩……………小さじ½
- 粒あん(市販品) ……340g

準備

- ・もち米は洗って1時間以上水にひたし、吸水させます。
- ・水1½カップ、塩小さじ½とともに炊飯器で炊きます。

おはぎのつくり方

①炊いたもち米は半つぶしにします。



ボールに炊きあがったもち米を入れ、水でぬらした“すりこ木”でついて半つぶしにします。

アドバイス 大人はしっかりボールを押さえてあげましょう。

②粒あんともち米を丸めます。

粗熱が取れたらもち米を計量し、25gのもち米と30gの粒あんのかたまりを作って丸めます。



アドバイス 手に水をつけると、もち米もあんも手につきにくくなりますが、水をつけすぎると、うまく丸められなくなってしまいます。

③粒あんでもち米を包みます。

ラップであんをはさみ、上から押して平らに広げます。



そして上側のラップをはがして、あんに25gのもち米のをせます。もち米が見えなくなるようにあんで包んで完成です。

夏が終わると秋の季節です。秋の季節だから、おはぎ。そんなお話も子どもに教えてあげたい和風のおやつです。

子供が育つ
魔法の詩
ポエム



子どもにも他人には
絶対に貸したくない物がある

「これはあたしのお宝！」「だめ触らないで！」
子どもはよくこんな叫び声をあげることがあります。そのようなとき、子どもたちは、物を貸したり借りたりするのはどのようなことかを学んでいるのです。

また、子どもにも絶対に貸したくない物があります。それを、親は分かってあげなくてははいけません。

たとえば、大切にしているお人形さんやお気に入りのタオルなど、それを手にしていれば、お母さんの膝の上にいるような安心感を覚える物です。

そういった子どもの大切な宝物を、親や家族は粗末に扱ってははいけません。