

今月の簡単手作り おやつレシピ

あずき蒸しパン の作り方



材料(8個分)

- ① { 薄力粉……………100g
- { ベーキングパウダー……小さじ1
- 卵 ……………… 1個
- サラダ油…………… 70c.c.
- ゆであずき(缶詰)……………大さじ6

準備

- ①の粉類を合わせ、ボールにふるい入れます。
- 耐熱性の小さな器に、紙ケースを入れます。

① ^{たまご}卵、サラダ油、ゆであずきを合わせます。

大きめのボールに卵とサラダ油を入れて混ぜます。

次にゆであずきを加え、^{あわだき}泡立て器で混ぜます。



② ①に粉類を2~3回に分けて加えます。

泡立て器をボールの底につけたまま、ぐるぐると円を描くように動かし、練らないように混ぜます。

③ 紙ケースに入れ、^{でんし}電子レンジで^{かねつ}加熱します。

ラップをふわっとかけ、電子レンジで4個につき3分30秒~4分加熱し、すぐにラップをはずします。電子レンジだけであつという間に完成です！



子供が育つ 魔法の詩



厳しく叱るよりも…

子どもが何か悪いことをした時、わたしたち親はまず^{いか}怒り、そして子どもを悪いと決めつけてしまいがちです。

しかし、その前に子どもの話も聞いてあげてみてはいかがでしょうか？

もしかしたら、子どもは自分が悪いことをしたと知らなかったかもしれないからです。

そして、それを悪いことだと教えるのが“^{やくめ}親の役目”なのです。

まず、「どうしてそんなことになってしまったのか？」子どもの話をよく聞いてあげましょう。

そして、「その後でどうするべきであったのか？」それを教えるのです。

子どもを悪いと決めつけ頭ごなしに叱るのは、決して良いことではないのではないのでしょうか？