



* 今月の簡単手作り *

おやつレシピ



材料(4人分)

粉ゼラチン	5g
水	大さじ2
プレーンヨーグルト	1カップ
グラニュー糖	大さじ2
ブルーベリージャム	大さじ4
レモン汁	小さじ1
生クリーム	3/4カップ
ミント	適量

準備

- ・粉ゼラチンは分量の水にふり入れ、ふやかしておきます。

子供が育つ 魔法の ポエム DV



ヨーグルトムース のつくり方

① ヨーグルトとグラニュー糖、ジャムを合わせ、なめらかにします。

ボウルにヨーグルトを入れ、グラニュー糖を加えます。

なめらかになるまで、泡立て器で充分にまぜます。

次にブルーベリージャム、レモン汁を加え、全体をむらなくまぜ合わせます。



② ゼラチンを溶かして加えます。

ゼラチンは電子レンジの“弱”で1分間加熱し溶かしてから、加えてまぜましょう。

アドバイス

ゼラチンは加熱する前にゴムべらでかきませ、なめらかにしておきます。

③ 六分立ての生クリームを加え、器に入れて冷やします。



生クリームは、トロトロと流れ落ちる程度に泡立てます。

もし、泡立て方が足りなければ、大人が仕上げをしてあげましょう。



器に入れ、冷蔵庫で1~2時間冷やして固め、最後にミントを飾って出来上がりです！

「ごめんなさい」という言葉

「ごめんなさい」という言葉は、謝罪の気持ちを表す“特効薬”とも言えます。

だれかを傷つけたり、怒らせたりしてしまったときには、相手の身になり、自分のしたことを反省することが大切です。そのことをぜひ、子どもに教えてあげて下さい。

それが分かっている子どもなら、心から謝罪し、償あうと努力するでしょう。

人は本当に済まないことをしたと思えば、「二度と同じ過ちを繰り返すまい」と心に誓います。そして、心から相手に謝ることができるのではないかでしょう。