

今月の 簡単手作り

# おやつレシピ



## 材料 (4個分)

- 牛乳…………… 250ml
- 砂糖…………… 25g
- 白練りごま…………… 大さじ1
- 粉ゼラチン…………… 5g
- 白すりごま…………… 小さじ1

## ぎゅうにゅう ごまと牛乳のゼリー

### 準備

大さじ1の冷水(分量外)に粉ゼラチンをふり入れ、ふやかしておきましょう。

**1** 牛乳を電子レンジで温め、砂糖、練りごま、ゼラチンを加えて完全に溶かす。

**2** **1**をステンレス製のボールに移し、氷水に当てて冷やす。

**3** ゴムべらでかきまぜ、とろみが出てきたら、すりごまを加えて均一になるように混ぜる。

**4** 器に流し、冷蔵庫で冷やし固めて完成です。



### 作り方のコツとポイント



すりごまを混ぜるタイミングはゼリー液を氷水に当ててとろみが出てから。早すぎると固めたときにごまが浮いて、全体にきれいに混ざりません。

## ■ 安らぎのある“家庭”

どんな子どもも“いじめ”や“からかい”の対象になることはあります。親がいつも守ってやることはできません。

けれど、『家庭』が“くつろぎの場”で、“心からホッとできる場所”であれば、子どもはそれだけで救われます。

また、親自身が人の弱さや欠点を受け入れられる“心の広い人”であれば、『家庭』は子どもにとって心から安らげる“暖かい場所”になることでしょ



たとえ失敗しても許してもらえるのだという“安心感”があれば、子どもは明るくなります。

わたしたち大人も失敗だらけで、時には自分で自分を笑うこともあるでしょう。

人を笑うのではなく、“自分で自分の失敗を笑い飛ばせる家族”。

そして、それを“許せる家族”。

そんな家族であれば、子どもは“本当の強さ”を身につけてゆくはず



# 魔法の詩

子供が育つ

ポエム