

クリスマスメニュー（親子クッキング）

クリスマスのお祝いメニューを親子で作ってみませんか？親子で一緒に作ると、作るまでの時間も楽しく過ごせますね！子どもたちができそうな工程を緑色の下線で示しましたので、参考にしてみてください♪

○ サンタさんのおにぎり（4人分）

・ごはん…茶碗4杯 ・鮭フレーク、のり…適量
・カニカマ…4本

【作り方】

- ① ご飯に鮭フレークを混ぜ、ラップで三角に握る。
- ② カニカマ、のり、型抜きしたチーズを使って、飾りつける。

○ ブロッコリーのリース（4人分）

・ブロッコリー…2個 ・パプリカ…1/2個
・ハム…2枚 ・ミニトマト…4個
・リボンマカロニ…4個 ・ごま油…小さじ1
☆しょうゆ…大さじ1 ☆酢…大さじ1
☆砂糖…小さじ1 …☆を混ぜて調味料を作る

【作り方】

- ① ブロッコリーは子ども達が食べやすい大きさに切る。パプリカも小さめに薄切りにする。茹でて柔らかくなったら水を切る。ミニトマトは半分に切る。
- ② ハムは半分に切り、千切りにする。
- ③ ボールに①と②を合わせて、調味料で味付けをする。
- ④ カップにサラダを盛り付けて、茹でたりボンマカロニを上に乗せて飾り付けをする。

○ クリスマスツリーのピザ（4人分）

・食パン…2枚 ・ケチャップ…大さじ2
・とろけるチーズ…適量 ・ピーマン…1個
・ミニトマト…4個 ・コーン…適量 ・ツナ缶…1缶
★好きな具をトッピング…茹でた人参を星型に型抜き
アスパラもおすすめ！

【作り方】

- ① ミニトマトはヘタを取り、半分に切る。
ピーマンは種を取り、コロコロに切る。コーンとツナは水気を切っておく。
- ② 食パンを三角に切る。
- ③ ケチャップを塗り、好きな具をトッピングする。
- ④ 200度のオーブンで5～10分程焼き、焼き色が付いたら取り出す。
- ⑤ 星形に抜いた人参とアスパラスティックで飾り付けをする。

○ トナカイさんのプリン（ゼリーカップ8個分）

・チョコレート…100g ・牛乳…300ml ・生クリーム…200ml
・ココア…大さじ1 ・粉ゼラチン…5g ・水…大さじ2

【作り方】

- ① チョコレートは細かく刻んでおく。ゼラチンに水を入れてふやかしておく。
- ② 鍋に牛乳を入れて火にかけ、沸騰直前で火を止めてゼラチンを残さず加えていく。
- ③ 刻んだチョコレートを②に入れて溶けるまでよく混ぜる。
- ④ 生クリームを少しずつ加えて混ぜる。
- ⑤ ゼリーカップなどに注ぎ、冷蔵庫で冷やす。
- ⑥ プリンが固まったら、アポロチョコ、小枝、チョコクッキー、チョコペンなどでデコレーションする。

