

金沢市立三馬保育所

テーマ及び目的	未入所児保護者のクッキング チーズと野菜のケーキサレ～加賀野菜を使ってのおやつ作り～
対象及び参加人数	未入所の親子3組6名
実施日	平成30年10月5日（金）
実施主体	金沢市立三馬保育所
会場	保育室
スタッフ	保育士1名、給食担当者1名
内容等	<p>・未入所児親子参加の「めだかクラブ」にて親子のクッキングをする。 保育所庭で育てた加賀野菜の金時草を紹介する。</p> <p>【材料】</p> <ul style="list-style-type: none">・H29年8月の給食で使った金時草の茎部分を所庭で栽培し生長したもの・五郎島金時、チーズ、玉ねぎ、ホットケーキミックス、卵、牛乳、塩 <p>【手順】</p> <ol style="list-style-type: none">① 金時草は1cm程にちぎって茹でる。② 五郎島金時、玉ねぎは1cm角に切り、電子レンジで加熱する。③ チーズは1cm程にちぎる。④ ホットケーキミックス、卵、牛乳、塩を混ぜて、その中に野菜、チーズも加える。⑤ ④の生地をカップに入れてオーブン170℃で20分焼く。⑥ 親子で作りたいを一緒に食べる。 <p>・エコクッキングについて話し、地産地消や保育所の取組を話す。 ・レシピや金時草を配布し、簡単おやつ作りや栽培についても興味を持ってもらう。</p>



<p>成 果</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 簡単おやつの作り方や親子で作ることの楽しさを知ってもらうことが出来た。 ・ 加賀野菜の金時草でエコ栽培にも興味を持ってもらえた。
<p>今後の課題 感想等</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 保護者の方から「美味しかったです。簡単にできますね!」「家でも作ってみます!」とっていただき、レシピと金時草を嬉しそうに持ち帰ってもらえた。 ・ 親子でクッキングしてみようと思う気持ちが持てたことが良かった。 ・ 今後も地産地消の食材を使ったメニューを給食室と考えて親子クッキングを開催したいと思った。