

5月

図書コラボ献立

【 ふしぎなたけのこ 】



絵本「ふしぎなたけのこ」から、たけのこの煮物を紹介します。

山おくの村の、むかしむかしのお話です。

たけのこは、村のみんなのごちそうでした。ある日、たろは、お母さんにたのまれてたんじょうびのごちそうのために、たけのこをとりに行きました。たけのこを見つけてほうろうすると、たけのこが、ぐぐぐっと伸びて……。

たろがのぼる たけのこがのびる

たろがのぼる たけのこがのびる

たろは、いつの間にかとてつもなく遠いところに来てしまいました。

おかあさんが心配してさがしに行きます。ぐんぐん伸びるたけのこと

かけつけてびっくりする村中の人々……。

それからどうなったかは、絵本を読んで確かめてください。

たろの誕生日も気になりますね。むかしむかしの、たけのこのお話です。

旬のたけのこを、味わって召し上がってください。



令和 3 年 5 月 27 日 (木)

【たけのこの煮物】

材料	分量(4人分)	作り方
たけのこ	120	① 混合削り節でだし汁をとる。 ② たけのこは小さめの乱切り、にんじんは厚めのいちよう切り、こんにゃくは短冊切りにしてボイル、干しいたけは戻していちよう切り、いんげんは2cmの長さに切りボイルする。 ③ 鍋に油をひき、鶏肉、たけのこ、こんにゃく、にんじん、干しいたけの順に加え、炒める。 ④ ③にだし汁を加える。ひと煮立ちしたら、調味料を加えて味を煮含ませる。 ⑤ 仕上げに、いんげんを加える。
鶏肉	60	
にんじん	40	
こんにゃく	100	
干しいたけ	4	
さやいんげん	20	
油	4	
砂糖	8	
みりん	4	
醤油	20	
混合削り節	2	

