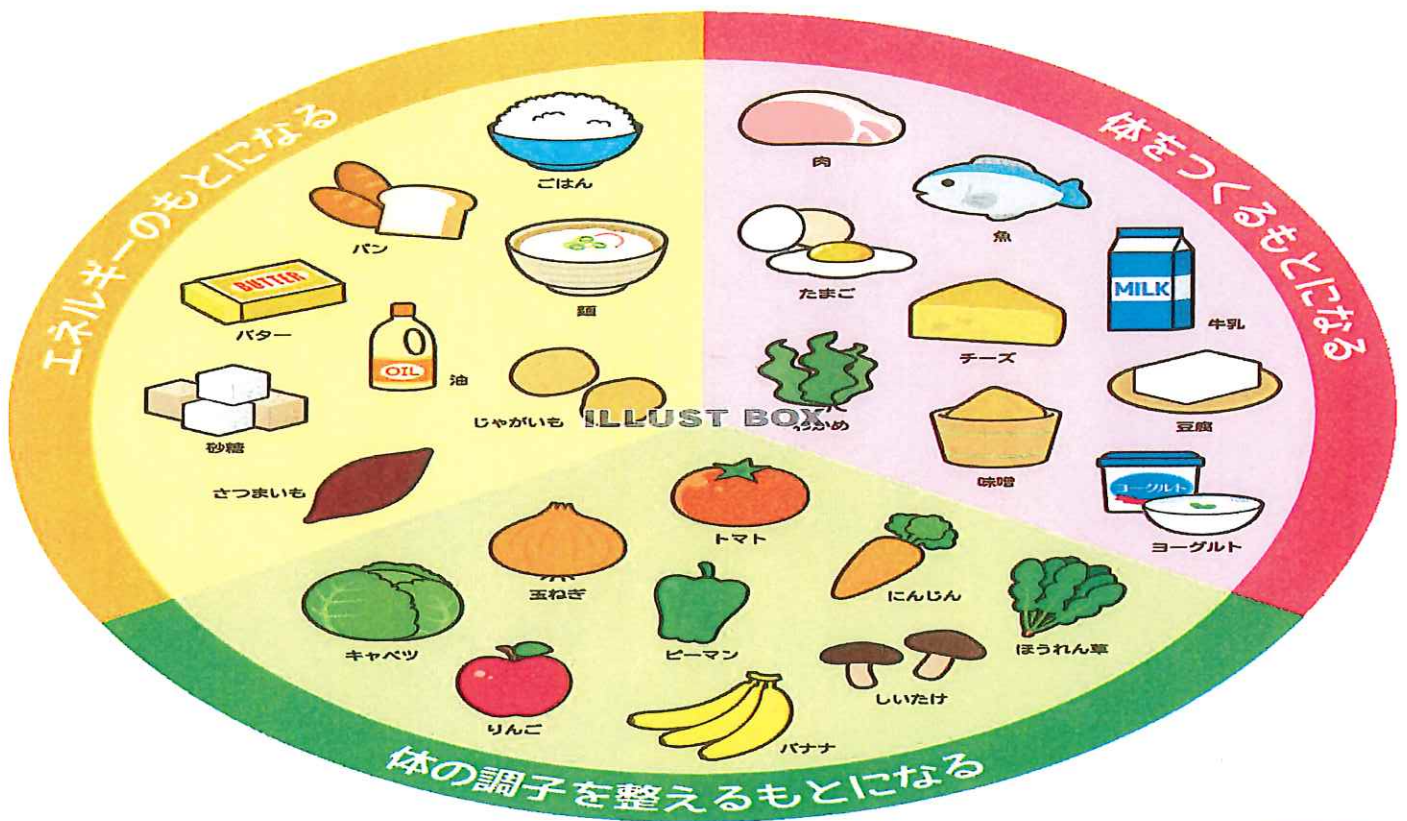


給食だより

今月の食育目標：バランスよく食べよう！（赤・黄・緑 三色食品群）

【三色食品群を参考に、各食品群から2種類以上選んで食べましょう】

- 赤色群・・・たんぱく質（体をつくる）⇒肉・魚・卵・牛乳・豆など
- 黄色群・・・糖質・脂質（エネルギー源になる）⇒米・いも類・パン類・油など
- 緑色群・・・ミネラル・ビタミン（体の調子を整える）⇒野菜・果物・きのこ類など



★スペイン郷土料理★

スノーボールクッキー

スペインでは【ボルボロン】という名称で呼ばれています。スペインの特産であるアーモンドパウダーを使用してお菓子です。園ではコーンスターチで代用しています。

【材料】30個分

- ・薄力粉・・・100g
- ・コーンスターチ・・・40g
- ・粉砂糖（上白糖40gで代用可）・・・40g
- ・バター（サラダ油60gで代用可）・・・65g
- ・仕上げ用粉砂糖…大さじ2～4くらい

【作り方】

- ① バターを室温に戻しクリーム状に練る。砂糖を加えてさらに混ぜる。
- ② 薄力粉をふるい入れて混ぜ合わせる。
- ③ 生地を30等分に分けて丸めて天板にのせる。170℃のオーブンで15～25分焼く。（焦げない程度に）
- ④ 焼きたてはまだ柔らかいので触らない。冷めて硬くなったら仕上げに粉砂糖をまぶす。