

とうがんを観察しました！



R8.7.23



夏が旬のとうがんをぶどう組さんと見ました！
「これは何でしょう？」と聞くと、「ズッキーニ！」
「すいか！」と考えて答えてくれました。大きなとうがんを一人一人持ってみて「重い～!!」と言いながらもしっかりと抱えて、匂いをかいだり、叩いてみたりと触れて観察していました。



重たーい！



きゅうりみたいな匂いする！

今日の給食にとうがんスープにして食べましたよ☆

透明になってる～!!



ヌルヌルしてる～！
水も出てる!!



とうがんスープ

☆材料 (4人分)

- | | |
|---------|------|
| ・鶏モモ肉 | 200g |
| ・炒め油 | 適量 |
| ・とうがん | 250g |
| ・ねぎ | 20g |
| ・カットわかめ | 適量 |
| ・しめじ | 50g |
| ・鶏ガラスープ | 小さじ2 |
| ・しょうゆ | 小さじ1 |
| ・ごま油 | 適量 |

☆作り方

- ①とうがんは縦に切ってスプーンで種と中の綿を取り除く。5mmくらいに薄く切る。
- ②鶏肉は一口大に切る。
- ③鍋に油をひいて、鶏肉を炒める。水を入れてひと煮立させる。
- ④とうがん、しめじを入れる。
- ⑤とうがんがやわらかくなったら、わかめ、ねぎ、調味料を入れ、味を整える。

ぜひ、お家でも作ってみてください!!

