

肉野菜うどん作り

4・5歳児で肉野菜うどん作りをしました。



1. らいおんさん(5歳児)は手打ちうどん作り。 2.厚手のビニール袋に包みかかるとで強く踏み込みます。中力粉に塩水を加えよくもみ込みます。



3.少しねかせた生地は引っ張っても切れません。 4.めん棒で少しずつ伸ばしていきます。



5.折りたたんで切ります。初めは太く切っていた子どもたちでしたが、だんだんと丁度良い太さに切っていました。



6.きりんさん(4歳児)は肉野菜うどんの汁を作りました。包丁にも少し慣れてきた子どもたちです。

らいおんさんが作った手打ちうどんを大鍋で茹で、きりんさんが切ってくれた野菜やきのこたっぷりの肉野菜汁を調理室で作りました。肉野菜うどんのできあがり!

「おいしいね!」「苦手な野菜もこれなら食べられるよ!」と何度もおかわりしていた子どもたちでした。



手打ちうどんの材料

・中力粉 300g ・塩 小さじ1~2 ・水 150cc 程度 ・打ち粉(片栗粉)
おうちでも作ってみてくださいね!