



【かじきのコーンマヨ焼き】 子ども4人分

材料

- かじき 4切れ(1枚40g)
- 塩 0.4g
- コーン缶 12g
- マヨネーズ 15g

(保育園ではノンエッグマヨネーズを使用しています。)

作り方

1. コーンとマヨネーズを混ぜる。
2. かじきに塩を振り、1を塗ってオーブンで焼く。
[参考:200~220℃で10~15分程度]



【セサミクッキー】 子ども4人分

材料

- 油 14g
- 砂糖 20g
- 塩 0.4g
- 小麦粉 70g
- ごま 8g
- 牛乳 14g

作り方

1. ボウルに油、砂糖、塩を入れよく混ぜる。
2. 1に小麦粉、ごまを加え、ゴムベラでさっくりと混ぜる。
3. 粉っぽさが残っているところに牛乳を加え、ひとまとめにする。
4. 丸や四角の棒状に成型し、1枚ずつに切る。
※冷蔵庫で少し冷やすと切りやすい。
5. 4を鉄板に並べ、170度のオーブンで10~15分程度焼く。

