



6月給食だより

号外



先日、万倉小学校敷地内にある梅の木から、万倉小学校の1,2年生が青梅を取ってくれました。

6月1日に、その青梅を使って給食室でゼリーを作り、吉部小学校、万倉小学校に提供しました。爽やかさ満点！青梅に含まれるクエン酸が、急な暑さで疲れた体に効果◎です！

児童にも大好評でした。ご家庭でもぜひ、作ってみてください。



青梅ゼリー（50ml型4個分）

シロップ

- ・青梅 5個（100gくらい）
 - ・水 150ml
 - ・レモン 5ml
- ★
- ・砂糖 20g
 - ・はちみつ 10g

ゼリー液

- ・粉寒天 1.2g
- ・砂糖 10g
- ・水 80ml



前準備

青梅は、一晩水に漬けてヘタを取る。



～シロップづくり～

1. 青梅と青梅がかぶるくらいの分量外の水を鍋に入れる。中火で沸騰させ、沸騰後2分、転がしながら煮る。（※煮すぎると梅が溶けてくるため注意）
2. 2.の梅をザルにあける。
3. 鍋に、分量の水、★を入れ、火にかける。★が溶けてきたら、3.の青梅を鍋に入れる。中火で2～3分煮て、レモン汁を加える。

～ゼリーづくり～

4. 粉寒天と水をよく混ぜ、火にかけ沸騰させる。
5. 粉寒天が溶けたら、砂糖を加えよく混ぜる。
6. 火を止めて4.のシロップと混ぜ合わせる。型へ入れて、よく冷やしたら出来上がり。

