








2021年 2月



日	月	火	水	木	金	土
	1	2 節分 	3 立春 	4	5	6
7	8	9	10	11 建国記念の日 	12	13
14 バレンタイン 	15	16	17	18	19 食育の日	20
21	22	23 天皇誕生日 	24	25	26	27
28						



ふくまめ



節分の福豆(鬼クッキー)



「節分」は、立春、立夏、立秋、立冬という季節の変わり目の前日を言いますが、次第に新しい年の始まりとされる立春の前日の節分が年間の行事として定着しました。節分の日、夕暮れに柵の枝に焼いた鰯の頭を刺して戸口に立て、「鬼は外、福は内」の掛け声とともに炒った大豆をまきます。豆まきに使われる豆は「福豆」と言われ、節分の夜、年齢より1つ多く食べて、新しい年に備えたと言われています。

☆☆豆やナッツ類の窒息や誤嚥に注意☆☆

かみ砕く力や飲み込む力が十分でなく、気道も狭い子どもは、豆やナッツ類を食べると気道に入って気管支炎や肺炎を起こしたり、窒息したりするおそれがあります。3歳頃までは控えるようにし、3歳以上の場合でも大人の目が届く場所で集中して食べるようにしましょう。



【材料】(約20枚分)

・小麦粉(薄力粉)120g ・ベーキングパウダー 小さじ1/6 ・バター35g ・ショートニング 25g ・砂糖45g ・ココアパウダー小さじ1

【作り方】

- ①小麦粉とベーキングパウダーを合わせてふるう。
- ②室温に戻したバターとショートニングをクリーム状に練り、砂糖を加えて更にすり混ぜる。
- ③②に①を加え、さっくりと混ぜる。
- ④③の生地から角と目の分を取り分けて、ココアパウダーを混ぜ込み茶色の生地にする。
- ⑤③の生地(顔になる部分)を棒状に伸ばし、茶色の生地で角をつけたらラップで包んで冷蔵庫で冷やす。
- ⑥⑤を5mm厚さに切り、福豆や茶色の生地を使って鬼の顔になるよう模様をつける(スプーンを使ってもよい)。
- ⑦170℃のオーブンで15~20分焼く。

(レシピ提供: 公立保育園管理課)

