

# 変わりピザ二種

埼玉・さゆり幼稚園 西村純

当園の食農教育は、食や健康などの知識を教えるだけでなく、五感を使ったさまざまな体験から、たくさんの想い出をつくることを重視しています。在園児に行なう「そだてる」(つくる)「ふれる」(畜産体験や農家との交流)の食育指導のほかに、保護者対象の食育クラブ「おひさまクラブ」と食育課外教室の「あおぞら教室」からなる食農教育を実践しています。

「あおぞら教室」では、園児を対象としたクラスと、小学生クラスを設け、農作業や、掘りたてのイモを使つての焼きイモや大豆からつくる豆腐、小麦からのうどんづくりなど、自分たちで育てたものを使ったクッキングをしています。今回紹介するホットケーキピザとライスピザも、園でとれた野菜を使つてつくりまします。

材料のナス、ネギ、ピーマン、トマトなどは、子どもたちの嫌いな野菜としてあげ

られますが、好きなピザという名前を使うことで、まず警戒心が少し和らぎます。加えて、たつぷりとのせたチーズの程よい塩味が野菜に見事にマッチ。味もパツチリです。とくに、ナスはお味噌汁などに入っていると食べられない子が多いのですが、チーズとの相性は抜群で、「ナスってこんなにおいしかったんだ」と見直してくれまします。「苦手な野菜も食べられる」という自信につながる料理でもあります。

調理のほうも、自分たちの力でわりと簡単にできるし、何より役割分担を決めて、みんなで作るといふ協力関係も養えるのが、大きな魅力です。

自分たちで育てた野菜を素材の味そのままで食べることももちろん大切ですが、みんなでワイワイ言いながらつくり、食べるのは楽しいものです。

保護者からも大変好評で、「家でもつく

## みんなでつくる ホットプレート調理のコツ

- ①事前の演出で、子どもたちのやる気を引き立たせる  
つくる前に、子どもたちにどんな味になるのかを想像してもらおう。そして職員が豊かに味を表現。つくり方の説明は、口頭で伝えるだけでなく実際に作業をやってみせる。
- ②全員が参加できるよう、柔軟に役割分担をする  
気乗りしない子、何でもやりたい子、いろんな子どもがいるので、それぞれに合った係を用意する。気乗りしない子は材料を持ってくるだけにしたり、友達と一緒に作業をさせるなど。
- ③五感を使って調理する楽しさを伝える  
調理の間は、焼ける音や焦げた匂いに子どもたちが気づけるように配慮する。

●大切なのは職員自身が楽しみながら行なうこと！





## チーズの塩味とホットケーキの甘さがマッチ ホットケーキピザ

〈材料〉直径15cm 8枚分(40人で少しずつ分ける)

ー生地ー

- ・ホットケーキミックス 600g
- ・卵 3個
- ・牛乳 600ml
- ・油 適量

ートッピングー

- ・野菜(トマト、ナス、ピーマン) 適量
- ・ハム 6枚
- ・ピザ用チーズ 適量

### 〈作業の流れ〉

- ①料理やつくり方を説明。各仕事についてもていねいにふれる。
- ②班分けをして、仕事の役割分担を決める。たとえば20人なら5人班を4つ。係を5つ用意して分担を決める。

切る係



材料を計り、  
班に持ち帰る係



混ぜる係



焼く係



トッピング係



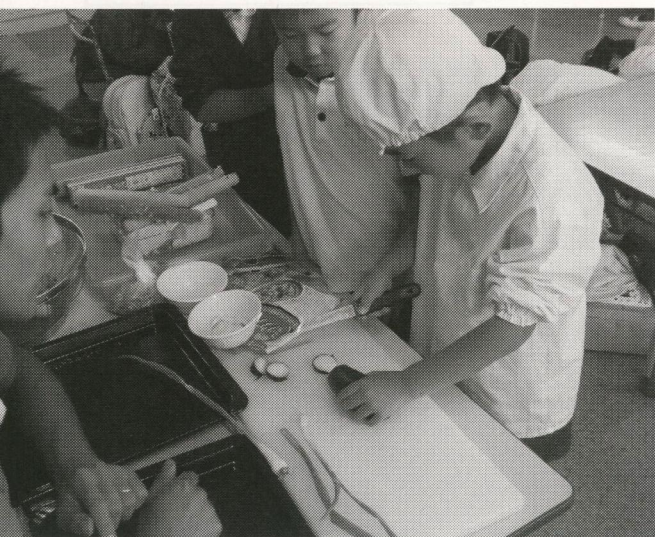
前のテーブルに集まり、職員の前で果物ナイフを使って野菜、ハムをさいの目に切る。

必要な分量を計り、ボウルに入れて班のテーブルに運ぶ。

ホットケーキミックスに卵、牛乳を入れて泡立て器で混ぜ、生地をつくる。

職員が油をひき、160～180℃に設定したホットプレートに、生地をおたま半分弱すくってたらす。

野菜、ハム、チーズの順にトッピング。フタをする。



下にした面に焦げ目がついたら、焼く係がフライ返しで裏返し、少し待ってから各自のお皿に取りわかる。

※ホットプレートは1班に1台用意。1枚分の生地を焼いて班のみんなで分けます。ライスピザも同様。



ごはんで作る

# ライスピザ

〈材料〉直径15cm 8枚分(40人で少しずつ分ける)

- ・炊いたごはん 4合
- ・しょうゆ 適量
- ・みりん

ートッピングー

- ・野菜(コマツナ、ネギ、ナス) 適量
- ・ピザチーズ
- ・かつおぶし
- ・青のり
- ・油 適量

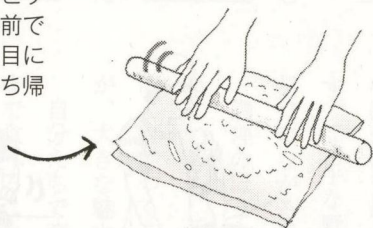
## 〈作業の流れ〉

- ①料理やつくり方を説明。各仕事についてもいねいにふれる。
- ②班分けをして、仕事の役割分担を決める。

### 切る係

ホットケーキピザ同様、職員の前で野菜をさいの目に切り、班に持ち帰る。

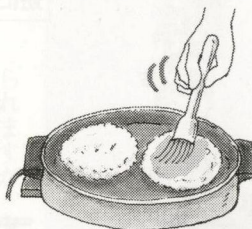
### ごはんを伸ばす係



茶碗半分くらいのごはんを大きめのラップで包み、麺棒で伸ばす。ごはんがはみ出ないように注意。

### 焼く係

油をひき、160～180℃に設定したホットプレートに、ラップからはがしたごはんをのせる。



プレートに注意して、ごはんにしょうゆとみりんを合わせたものをハケでいねいに塗る。

### トッピング係

野菜、チーズの順にトッピングしてフタをする。

下にした面に焦げ目がついたら、焼く係がフライ返しで裏返し、少し待ってから各自のお皿に取りわける。お好みでかつおぶし、青のりをかけて食べる。

「りたいのでレシピを教えてほしい」という問合せがよくあります。保護者は子どもの野菜嫌いをなくしたいと思っていますが、野菜のもつえぐみや、苦さを嫌がる子は少なくありません。これをうまく取り除いたり、カバーしてあげたりすれば、野菜のおいしさに気づくはず。この変わりピザは、そのきっかけにぴったりの料理です。

