



あうちで作ってみよう!



☆とうもろこしの芯から、  
おいしい味が出ます

# とうもろこしごはん

<材料>

米	3合
とうもろこし	1本
酒	大さじ1
塩	小さじ1/4
しょうゆ	小さじ1/2

**【作り方】**

- ① もろこしの皮をむき、  
包丁で粒をそぎ落とす。芯をぶつ切りにする。
- ② 炊飯器に米を入れて、その上にもろこし、調味料、  
もろこしの芯を入れて炊く。
- ③ 芯を取り出して、ご飯を混ぜます。

☆保育園では、やまびこ公園の先にある樋沢のもろこし収穫体験を年長児が行っています。昼間暑く、夜涼しい樋沢で、おいしいとうもろこしを作っています。

☆お好みでバターを加えてもおいしいです

☆大人は+ブラックペッパーもおすすめ

たのしい おうち時間になりますように ♡