



柏市増尾ふるさと協議会  
地区社協部 主催



# ふたりにでクッキング

## 令和4年8月7日



3年ぶりの開催となる、「ふたりにでクッキング」を  
令和4年8月7日（日）に開催しました。  
8組の募集に対して、  
なんと60組の応募をいただきました。

今回は、コロナ感染対策として、  
密室での食事を避ける為に、  
テイクアウトでも、  
美味しく食べられるメニューです。

- ・ どうぶつパン
- ・ ミニピザ
- ・ フルーツ寒天ゼリー



を作りました！

どうぶつパン・ミニピザ	
<p><b>【材料】ミニピザ2動物4</b></p> <p>強力粉 200g イースト 4g 砂糖 20g 塩 3g 生クリーム 4g バター(無塩) 20g 全卵 30g 水 100g</p>	
<p><b>【作り方】</b></p> <p>①水・バター以外の材料をボウルにいれ混ぜる。中心をぼませ少しづつ水を注ぎ手で混ぜていく。②ある程度混ぜたら、バターを入れさらに混ぜていく。ひとまとまりになるまでこねる。 ③①～②で10分くらいこねる。 ④ボウルのシートをニップで平たくし、生地を1枚ラップをして一次発酵10分。 ⑤分割：丸め 6等分(1個60g弱) ⑥ベンチタイム 10分</p> <p>⑦動物成型 うまき、ぶた、くまから2つ選んでください。 【肉類】薄切は軽く押さえる平らにして軽くこきかけ入れ目。 【うまき】耳は縦長くのばす【くま】耳は丸める 【ぶた】耳は丸め、鼻はだ円にのばし顔にのせて 丸い箸で鼻の穴あける。</p> <p>⑧仕上げ発酵 20分 ⑨オーブンで焼いて、170～180度で10～12分 ⑩ピザ成型 丸め生地を手で伸ばしてフォークで穴をあけて、ピザソースを塗り具材をのせる ⑪焼成 170～180度で10～12分</p>	
<p><b>フルーツ寒天 6カップ分</b></p> <p>【材料】 寒天 4g 大きじ 2 (18g) 水 300g みかん缶 1缶 キウイ 1個 バナナ 1本 イチゴ 2個</p>	<p>【作り方】 ①キウイは薄切り、バナナは1センチ角に切る。 みかん缶はザルでみかん汁を分けると汁で200ccになる。 寒天に水300ccを入れ、寒天をふり入れよく混ぜる。 火にかき、しっかり煮ながら寒天を溶かす。 煮上がった寒天液に入れた砂糖と寒天が溶かす。 ②(大まかな型を水で濡らしておく) 今回10カップなので、①の寒天液にみかん缶の汁を入れよく混ぜて入れし入れる。 ③煮込んだ寒天液にキウイ、バナナ、みかんの順に飾りを入れる ④(今回は10カップなので入れれば簡単にはじめに良いです) ⑤冷蔵庫で冷やす。 ⑥パウンドケーキ型や耐熱のタッパーなどで作る場合は④がポイントです！型から出すときは寒天の液を割った湯を流すように入れわりくります。</p>

令和4年8月7日(日)  
ふたりにでクッキング  
主催 増尾ふるさと協議会  
※参加費は無料です

※このメニューはあくまでイメージです。実際はアレンジされています。※写真：ネットから拝借



## 参加者の皆様よりご感想を頂きました。

帰宅後、主人と息子と4人で分け合い食べましたが  
とっても美味しく、娘も満足そうでした。  
さっそく絵日記を書き  
良い思い出となったようです。  
短時間で3品もでき、大変充実した時間となりました。  
普段仕事をしていて中々子供たちと  
ゆっくりと一緒に料理をする時間がないので  
私自身も貴重な体験となり感謝しております。  
年1回と言わずもっと開催して頂けたら嬉しいです。  
ありがとうございました。

本日(昨日)は、素敵なイベントに参加させて頂きまして、  
誠にありがとうございました。  
とっっっっても楽しかったです!!!  
段取り、こまやかなご配慮と丁寧な説明、  
本当に素晴らしくて、親子の時間が心から楽しめました。  
クッキング中に、娘が何度も私に抱きついてきては  
「楽しいね!楽しいね!」と話してきました。  
今日は下の子がいなかったから、  
娘も私に存分に甘えられる  
貴重な時間だったように思いました。  
自宅に帰ると、家族でペロッとたいらげました。  
とても美味しかったです!!  
また参加したいな、、と心から願っています。  
この度は本当にありがとうございました。

