

スイートポテトができるまで

～ふぁーまーがーるずと愉快な園児たち～



サツマイモの苗植えから収穫、 調理までの日程

6月26日

苗植え

(品種: 鳴門金時)

10月29日

収穫

11月21日

試作

12月12日

スイートポテト作り

12月20日

意見交換会



発表の流れ

サツマイモの栄養

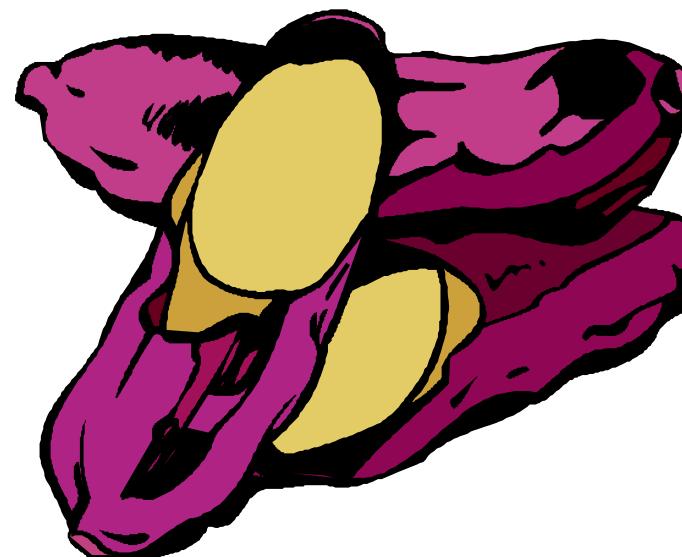
サツマイモの成長と園児との交流

- ・苗植え

- ・収穫

- ・調理

まとめ



サツマイモの栄養

・食品成分表(可食部100g当たり)

エネルギー	132kcal	タンパク質	1.2g
炭水化物	31.5g	ビタミンC	29mg
カルシウム	40mg	鉄	0.7mg
食物纖維総量			2.3g

抗酸化作用が高く、ガン予防効果のあるビタミンE、免疫力を高め、美肌効果を持つビタミンCの両方を兼ねそろえている。また豊富に含まれる食物纖維の効果で、お腹の中をきれいにする効果もある。

6月26日 苗植え

JAの方のお話



イモの植え方の違い

- ・たて植え
大きなイモができる
- ・ななめ植え
たくさんのイモがつく

苗植えの手順

穴を掘る



苗植えの手順

苗を穴に入れ、土をかぶせる



苗植えの手順

水をやる



苗植えの手順

おまじないをかける



サツマイモの成長

6月26日 苗植え時 → 7月3日



7月10日

草抜き前

草抜き後



7月17日

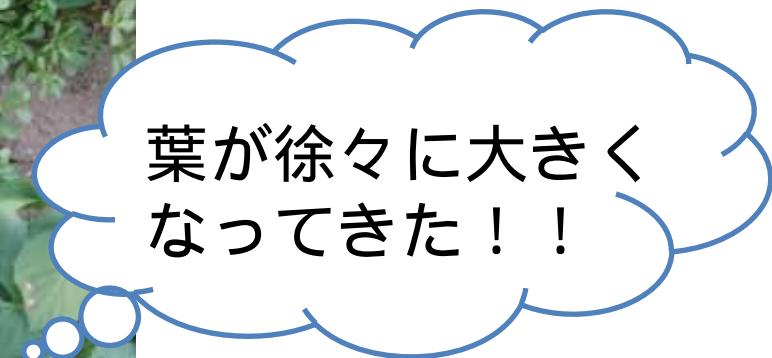
7月10日



7月17日



7月24日



7月27日 その1

草抜き前



草抜き後



7月27日 その2



暑さに負けるなっ！！



8月7日



9月9日



10月15日



10月29日 収穫

全員が楽しそうに掘っていた



10月29日 収穫 園児の様子

自分でイモが掘れたことが嬉しく、私たちに見せてくれた
イモを掘るのが楽しかったようで、収穫したイモをもう一
度植えなおして掘り返していた

すぐ飽きてしまい泥遊びや虫を捕まえて驚かしてくる園
児もいた

園児同士でイモの大きさ比べをしていた
自分が先に大きいイモを取りた
いという気持ちが強く、ケンカし
取り合いになっていた

苗植えの時よりも、私たちに話し
かけてくれるようになった



試作・準備

- ・11月21日 スイートポテトの試作
- ・11月26日～ 模造紙(レシピ)の作成
パワーポイント作成



12月12日 スイートポテト作り

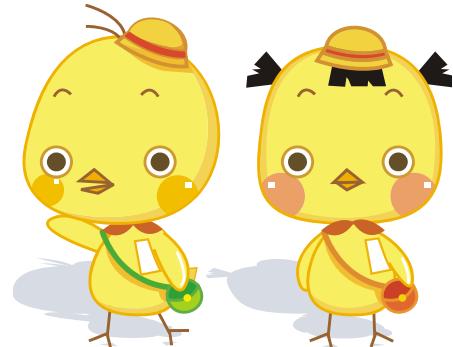
下準備

さつまいもの皮をむき、適当な大きさに切って、水にさらす。

班ごと(350g)に蒸し器で蒸す。

蒸しあがったら砂糖、バターを入れて混ぜる。

生クリーム、ドリルの卵、アルミカップを準備しておく。



園児と交流

レシピの説明とデモンストレーション



材料

* 1班分(20個)

さつまいも …… 350g

卵黄 …… 2個

砂糖 …… 60g

バター(無塩) …… 25g

生クリーム …… 大さじ1強

卵黄 …… 1/3個

水 …… 適量] ドリル用

アルミカップ …… 20個



作り方

さつまいもを蒸す(約10分)

熱いうちにつぶす

バターと砂糖を に加え、混ぜる

生クリームと卵黄を に加え、混ぜる

スプーンや絞り袋を使ってアルミカップに入れる。

ドリルを表面に塗る。

トースターで軽く焦げ目がつくまで焼く(5分前後)



園児とクッキング



みんなでませませ…



一生懸命形を作りました!!





トースターで焼きました



お礼にお歌を歌ってくれました ❤



おいしい給食タイム！！



給食と一緒に食べました



お別れ・・・



12月12日 園児の様子

交流も3回目なので、園児たちも慣れ、イタズラするぐらい寄ってきてくれた。

混ぜる時にケンカしないように順番を決めてしていた。

「今度はいつ来るの？また来てね。」と言ってくれた。

紫いもは見慣れないのか、さつまいもの方が人気があった。

園児はとても元気がよくてとても楽しかったが自分の体力の衰えを感じた。

お わ り

