

西区

パルちゃんクラブ

大阪西地域活動委員会

ニュース

news Vol.3



この夏、パルちゃんクラブでは各家庭で
親子クッキングをしました。おいしいものをつくりました。♡



食物繊維
たっぷり!
低カロリー

ほんたにか
地味な寒天
ですが...
♪しゃく音♪
こぼれ落ちてる♪
琥珀糖も
作ってみたヨ

ゼラチン VS 寒天



水でふやかしてハンバーグ、キョーザ等の
肉だね料理に入れるとジューシーに!!

コーヒー、おみそ汁、スープ等に
入れて食物繊維を手軽に摂取。
ごはんを炊く時に昔は棒寒天をちぎって
入っていました。今は寒天パウダーがあるの
便利ですね!

夏休みの
お子さんの自由研究にも
実際に撮らせてあげて...
シロップとレモン
飲むゼリー
ポン酢ジュレ

	ゼラチン	寒天
固化場所	冷蔵庫	常温
固化時間	120分	30分
舌触り	ぷるぷる	ツルツル
固さ	ジュレ	ガチガチ
盛り付け	スプーンですくう	ポンと出せる

歯ごたえのある寒天

テレビで話題!

← 今後作りたいものは? ⇒ 寒天で作る溶けにくいアイス

ゼラチン派・寒天派 好みは分かれましたが... 口当たりが良いので小さなお子さんはゼラチン、
大きなお子さん・大人は寒天が好みのようです。

まだ1/2人数ですが...
集まるの活動も再開しています
9/26 防災企画
防災リュック持ち寄り
ポリ袋でごはんを炊いてみよう
裏に
写真
あはあ

Happy Halloween

10/17 ハロウィン企画
羊毛フェルト
* タペストリー
* 予定 *

