



いちごサンド

材料 (2人分) イチゴ...1パック 食パン...4枚 クリーム...180ml 砂糖...大さじ1



1 なのあさんは切る作業も得意



2 スキマなくクリームをぬる



3 ラップをきつく巻くのが難しい



生クリームはホイップ済みを用意。低学年でも大丈夫。

- 1 食パンの耳を切り落とす [写真①]
- 2 イチゴを洗い、ヘタを切り落とす
- 3 生クリームに砂糖を入れ泡立てる
- 4 パンにクリームを塗ってイチゴを並べる
- 5 イチゴの上にクリームを塗ってパンでサンドする [写真②]
- 6 サランラップで包んで、冷蔵庫で冷やす。 [写真③]
- 7 ラップの上から包丁で切る



3つのポイント / 藤田先生がこっそり教えちゃう

- 1 食パンの耳はぎりぎりぎり切り落とし、パンが小さくならないようにする。
- 2 サランラップはきつめに巻いて、ラップをしたまま切ると崩れない。
- 3 クリームをたくさん塗ってサンドするときに上から軽く抑える。
スキマにクリームが入って、断面がきれに見える



食の足跡 Vol.27

親子でさるふつイチゴを使ってクッキングしてみよう

とても、楽しみ。普段からお菓子づくりをしています。でも、イチゴサンドははじめて！

下村さん親子。あすかさん、なのあさん、まおかさんがチャレンジ！

猿払産のイチゴで気軽に作れるスイーツをご紹介します。夏休み期間にご家族でチャレンジしてください。取材後学校で会った時に、「料理楽しかった」「イチゴサンドおいしかった」と声をかけてくれるほど楽しかった様。想像よりも完成度が高かったようで、完成時には、「すごい!」「かわいい!」などと喜んでいました。

親子でイチゴを使ったメニューを作って、SNSにアップしよう

猿払産イチゴはQ マート (鬼志別西町) にて販売されています。ぜひ、購入してイチゴメニューをご家族で作ってみてください。そして、SNSで投稿して猿払産イチゴを全国に広めましょう。TwitterとInstagramで #さるふつ産イチゴメニュー とタグつけて投稿してください。ステキな投稿をしてくれた方から抽選で、10名様に猿払産イチゴやさるっぷグッズをプレゼント。



ロールサンド

- 1 パンにクリームを乗せ、スプーンで薄くのばす。
- 2 パンの長い辺を横にしてラップに乗せ、真ん中にイチゴを並べる。
- 3 ラップを巻き替わり代わりに巻いていく。
- 4 冷蔵庫で冷やす。
- 5 真ん中を切って完成。