

## おやつクッキング

# スイートポテト 作りに挑戦



・・・おもわず 美味しい! ・・・



在宅サービ課 友定 美保

むつみ荘の玄関前の花壇に 利用者の有志と共に 5月頃にサツマイモの苗を植え、園芸療法を行いました。定期的に水をやって貰いました。次第に 茎が太く枝柄が短く大きな葉をつけ育ってきました。

苗を植えて120日程が経過した頃に、試し掘りを行い 太り具合を確認しました。秋の晴天の日を選び 皆さんで掘起こし、今年の倍以上の10kgも収穫できました。収穫したさつまいもを、茎から切りはなし砂を落として 甘みを増すように 日向干しにしました。「食料のない戦時中は この茎も 食料として食べていたのよ」との話を聞かさせていただきました。



さつまいもは少し寝かせてから、おやつクッキングの食材として、11月5・7・28日の3回に分け 利用者の方々とスイートポテトを作りました。



利用者の方には、さつまいもの皮をむき 輪切りにして貰い、鍋で蒸かしました。よく潰し、熱いうちにバター・塩・砂糖を加えて、牛乳を少々入れて 滑らかになるまで攪拌しました。アルミカップの上に、一口サイズに成型(適度な大きさ・形を整え)し、表面につや出し用の卵黄を塗り 焼く準備をする工程をしてもらいました。

トースターで焼き色がついたら完成です。居室内に甘い香りが漂ってきました。料理をしながら「久しぶりに料理をしたわあ」とか「昔は 毎日料理をしたわ」「さつまいも料理も作っていたよ」等々 話が弾み、楽しそうにクッキングの作業をしてくださいました。

おやつの時間に召し上がり「美味しいね」といいながら、素敵な笑顔を見せてくださいました。「次は何を植える?」、「来年も楽しみやね!」と前向きな言葉が聞かれ、職員一同うれしくなりました。来年も、利用者の方々と一緒にさつまいもや別の物を植え・育て・収穫し、調理したいと思えます。お楽しみに・・・

この年で 伸びしろあると おだてられ  
年金と 妻と手摺に すがってる

令和6年 収穫の秋

