

おやつクッキング

さつまいもドーナツ

作りに**挑戦**

・・・**おもわず 美味しい!**・・・

在宅サービス課 長尾 安紀



むつみ荘玄関前の花壇に 利用者有志が 5月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、次第に 茎が太く枝柄が短く大きな葉をつけ育ちました。苗を植えて4か月が経過した頃に、試し掘りを行い、太り具合を確認しました。晴天の日を選び 皆さんと芋を掘起こしてもらいました。昨年より少々小ぶりでしたが4kgほど収穫できました。収穫したさつまいもを、**茎から切りはなし、砂を落とし水洗いをして 甘みを増すように 日向干し**にしました。

11月3・4日に おやつクッキングとして **さつまいもドーナツ**を作りました。レシピの材料としてさつまいも・ホットケーキミックス・卵・牛乳・サラダ油・砂糖（少々）です。

最初に さつまいもの皮を剥いてもらい3センチ大に切り、水に晒してから 水切りをして貰いました。**久しぶりの料理に「皮がのこってしまうわぁ」とか、芋が「固くて切りにくいわぁ」と 各テーブルでは井戸端会話が弾み**ました。次に 耐熱ボールに入れてサララップをして、電子レンジで6分間加熱してから、熱いうちに潰して貰いました。**「いいにおい」とか「柔らかい」などいわれながら崩**されていました。次に 卵・牛乳を加えて手早く混ぜました。最後にホットケーキミックスを加えてゴムベラで攪拌して貰いました。**芋を入れると「重い」「固い」と言いながら作業**をされていました。

続いて フライパンにサラダ油を入れ160度に熱するのですが、危険が伴うため職員が行いました。生地をスプーンで3センチ大に掬って落とし入れて、転がしながら4~5分揚げ、油をきって砂糖をまぶして完成です。砂糖の代わりにきな粉をまぶした2種類つくりました。揚げる際は、部屋内に甘い香りが漂ってきました。**「いいにおい」とか「揚げ物しないから食べるの楽しみ」と笑顔**でいわれて見物されていました。料理をしながら**「久しぶりに料理をしたわぁ」とか「さつまいも料理も作っていたよ」等々の話が弾み、楽しそうにクッキング**をしてくださいました。

おやつ時間に**「美味しいね」といいながら、素敵な笑顔**をみ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**と思います。お楽しみに・・・