

## びゅんびゅん ロケット



- ① カップの口にえもかきよ
- ② カップのくちのほうに  
4つ並にえもいけるよ
- ③ わらわを2つ並んで  
並にえもいけるよ
- ④ 紙カップをもう1つ  
ぶら下げよう。
- ⑤ ぐるぐる回してカップを  
上からおしこんでえもはなすよ...

高3・女子記者

こちらは、こどもによるこどものためのしんぶんです。5さいの頃から、こうこうせいのおにいちゃんおねえちゃんまでがさんかしてきじをつくっています。みんなもさんこうにしているんなちゃんれんじをしてね。

# あがせきしんぶん

## 子ども版

## ふんわりシフォンケーキの作り方!!!

○材料 (20cm型)

- ・薄力粉... (10g・砂糖(水)... (10ml)
- ・卵黄... 5個 ・卵白... 6個
- ・グラニュー糖... (10g・シフォン油... 90ml)

○作り方

- (1) 卵黄を2〜3回ふるっておく
- (2) 卵黄を(薄力粉+砂糖)とよく混ぜる
- (3) 砂糖(水)を少しづつ入れる
- (4) 卵黄を一度に入れる
- (5) マレンゲを作る(前回の動画参照)
- (6) (4)の(5)を少しづつ混ぜる
- (7) 卵白の(5)も混ぜ合わせる
- (8) 型に流し入れ(70%程度熱したオーブンで40分焼く)
- (9) 焼き上がり時型を逆さまにして熱を止める

見習いお菓子の専門学生がした◎

## からだ元気 どんぶ

まめ	ごま	わかめ
ま	ご	わ
(ごめ)	やさしい	(みそ)
さかき	しいたけ	いも
さ	し	い

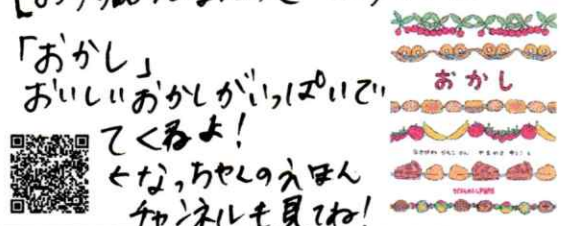
えいようバランスをかんがえて、  
 <まごわやさしい> + <ごめ・みそ>  
 いしきして、たべてね。(小2・女子)

Mail: mashiron52@i.softbank.jp

## 【おすすめえほんのこ"し"うかい】

「おかし」  
 おいしいおかしがいっぱいで  
 てくろよ!

とな、あせらのえほん  
 チャンネルも見てね!



もてみたよ! はこにメールしてね♡