

食品科プレミアム
医食同源プロジェクト ～食は元気の源～

私たちの考えは「**医食導元**」(造語)です。

こんな今だからこそ！

医療従事者を園芸高等学校食品科プレミアムチームが、**食品で元気に導きたい**。

第4弾は、夏休み期間にチョコペンで感謝の文字を書きました！



〈 医療関係で働いて下さっている方々へ 〉

2月頃から、昼夜問わず、患者さんを診てくださりありがとうございます。

毎日“新型コロナウイルス”と自分たちも感染してしまうかもしれないという不安や恐怖と戦っていると思います。まだまだ大変な時期が続くと思いますが、休める時はしっかり休んで食事をしっかり摂ってください！

下に『アイスボックスクッキー』の作り方を掲示するので時間ができたら、ぜひ挑戦してみてください！

* アイスボックスクッキーの作り方 *

《材料》

A

- ・無塩バター (60g) 常温
- ・グラニュー糖 (40g)
- ・溶き卵 (1/2 個) 常温

B～バニラ生地～

- ・薄力粉 (70g)
- ・バニラエッセンス (3 滴)

C～ココア生地～

- ・薄力粉 (60g)
- ・ココアパウダー (10g)

- ①材料 A のバターとグラニュー糖を泡立て器で白くなるまで混ぜたら卵を入れ混ぜます。
- ②それを半量ずつに分けます。
- ③半量①に B を入れ混ぜます。
- ④半量②に C を入れ混ぜます。
- ⑤3 と 4 をラップに包み、3 cm 角の棒状に成形し冷蔵庫で (1 時間ほど冷やします。)
- ⑥それぞれの生地を縦に 4 等分に切り、バニラ、ココア生地を交互に並べ棒状に成形し、冷蔵庫でさらに 30 分休ませます。
(この間にオーブンを 170 度に予熱を入れます。)
- ⑦8 mm 幅に切り、170 度 15 分 焼き色がついたら完成です！

第四弾もお楽しみに！！(*^_^*)
食品科プレミアムチーム一同