

柿の葉すし作って、食べたよ。美味しかった！

今日は、楽しみにしていた、柿の葉すし作りです
ねらいは“園内にある身近な物で食育体験を行う。”です。
本園の道路側に柿の木があります。皆様ご存知でしょうか？
毎年、橙色に実がなるころ、葉っぱが色付き始め、毎年、“秋”を運んで来てくれます。今までは、あいにく渋柿なので、搦ってホワイトリカーに漬けて渋抜きをして干し柿にして鑑賞していました。
今年は、先生のアイデアで“柿の葉寿司づくり”にチャレンジすることになりました。園には支援室の裏側にも富有柿があり、どちらの葉っぱが、子ども達が巻きやすいかを栄養士の先生が研究してくれ、やっぱり大きい葉っぱの方が包みやすいということで、緑道側の柿の葉を使う事にしました。
柿の葉を取り、今日の日まで1ヶ月間、塩水に漬け、その間3～4回塩水も替えていました。しんなりすると包みやすくなるためです。
そして、中のご飯は、鮭フレークを入れて握っています。
子ども達は柿の葉に包むという作業だけですが、出来上がるまでの工程をしっかりと学びました。身近な物で食育体験が出来て、子ども達は、給食の時間に試食しました。いつもより、ご飯のおかわりが多く“美味し～い！”とニコニコ笑顔の給食になりました。自分で作って食べることのおいしさを知ったのでしょう。
また、食べるまでに沢山の人の手が入り、手間がかかったお料理を頂けたことに感謝です。栄養士の先生、給食室の先生、お部屋の先生、有難うございました。

プチ情報

柿の品種は1000種類以上もあるそうです。柿は大きく分けると「甘柿」「渋柿」「不完全甘柿」の3種類に分類されるそうです。「甘柿」とは「可溶性タンニン」が成熟の段階で水に溶けない「不溶性タンニン」が変化することで渋みがなくなり甘い実になり甘柿となります。甘柿の実を見ると黒ゴマのような斑点があります。これが「不溶性タンニン」の固まったあとになっているため、見分ける方の一つとしてゴマのような斑点を確認する方法があるそうです。成熟しても水に溶ける「可溶性タンニン」果実にそのまま残っている品種の柿を渋柿と言います。「不完全甘柿」の見分け方は甘柿と渋柿が混在した種類の柿のことを「不完全甘柿」というそうです。種の有り無や種の多い少ないが「不溶性タンニン」に影響して成熟時に渋が多少残っている状態の品種となるそうです。断面のゴマがあるものかないもので甘柿か渋柿かを判別することができるそうです。

