



春の草花クッキング！

2012年6月9日(曜日) 曇り 手稲山パラダイスヒュッテ  
 今年は手稲山で草花クッキングをしました！山の中は野草がいっぱい、食べられる草花を探して探って、美味しくいただきました！



イタドリ笛

はじまる前にイタドリ笛でひと遊び。



はじめのあいさつ



長くつはいている人！

フルーツバスケット

草花探しの前にいつものフルーツバスケットでウォーミングアップ！



春の草花探し

さあ探るぞ～！



これ食べられるかな？



たけのこは探るのが大変！



何が採れたかというと...

山小屋までの道のりでたくさん採れました！



採った草花///ヤマブドウ、ツルアジサイ、エゾゴマナ、ヨモギの葉、イタドリの芽、セイヨウタンポポの花・芽、タケノコなど



焼き物はお父さんが担当

たけのこ焼き

次は料理開始！焼きたけのこ、よもぎ団子、その他の草花は天ぷらに。



天ぷらづくり

天ぷらはお母さん



よもぎ団子は子どもたち

よもぎ団子づくり

よもぎ団子は子どもたちがこねてくれました！



お食事会



いただきま～す！



よもぎ団子は大人気！天ぷら、たけのこも、とっても美味しい！



天ぷらはパリッと美味しい！



あっという間に完食！



森のおさんぽ



参加者さん撮影

食事の後は食べた草花を観察しに森の中をお散歩、山の上だからながめよし！



ごちそうさまでした！

**よもぎ団子の作り方** 材料：よもぎ、重曹、白玉粉 沸騰したお湯によもぎと重曹一つまみを入れ、やわらかくゆでる。ゆで上がったら冷水につけてあくをとる。白玉粉に水を入れてこねる。よもぎが水っぽいのでかために、のよもぎをしっかりとしぼり、すり鉢でする。袋に入れてたいたいてもOK。に入れて、しっかりと混ぜる。を小さく丸めてまん中へこませて、沸騰したお湯でゆでる。浮いてきたらできあがり！

**植物の採取について** 今回は植物を採ることが禁止されていない場所で草花クッキングを開催しました。ですが、植物の採取が禁止されている場所や種類もありますので、採取の際にはご配慮をお願いいたします。また、今回説明しきれなかった毒草ですが、札幌市で毒草の見分け方を紹介したパンフレット「庭や野山の毒草ハンドブック」を作成しています。保健所や各区保険センターで配布しています。札幌市のホームページでは電子版も紹介されています。

発行・お問合せ 自然ウォッチングセンター

〒062-0922 札幌市豊平区中の島2条3丁目6-9カサデューク中の島52-102号 Tel: 011-823-2850 Fax: 011-823-2851  
 E-mail: wanpakuasobitai@tea.ocn.ne.jp URL: http://homepage2.nifty.com/watching/

後援：札幌市教育委員会 / この活動は、子どもゆめ基金（独立行政法人 国立青少年教育振興機構）の助成金交付を受けて行なうものです。