



① 登ってみませんか!?

ちやうすやま びしゃもんやま 茶臼山・毘沙門山



だいやはし
大谷橋から北を見ると電波の反射板がある山が見えると思いま
びしゃもんやま
す。毘沙門山です。毘沙門山から南東に見える山が、ちやうすやま
茶臼山です。
ちやうすやま
ちょっとハイキングしてみませんか。

あかなぎやま
毘沙門山からは、西方面に大谷川と今市市街、北西に赤雑山、
によほうさん おおまなごさん たかはらやま やみぞ
女峰山、大間名子山、東に高原山や遠く八溝の山々を望むことが
できます。

ハイキングが終わったら温泉に入って一休みというのもいいですよ。



② ダッチオーブンでココアケーキ作りに挑戦

ダッチオーブンとは、アメリカ開拓時代に広まったたき火にもっともよく似合う調理器具です。今回は、誰にでも簡単にできるココアケーキ作りを紹介します。自分で焼いたケーキは、市販のものとはひと味違いますよ。



作り方

- ① 薄力粉、ココア、ベーキングパウダーはビニール袋に入れてよく混ぜる。
- ② クルミは、袋のままかく。
- ③ バターを溶かし、砂糖を入れて、よく混ぜる。
- ④ さらに卵を少しずつ入れ、よく混ぜる。
- ⑤ よく混ぜた粉を入れてヘラで切るように混ぜる。レーズンやクルミを入れて手早く混ぜる。
- ⑥ バニラエッセンスを数滴入れて混ぜる。
- ⑦ バターをぬった型またはアルミホイルに生地を流し込みダッチオーブンで焼く。火加減は、下から中火、上から弱火で40分から60分ほど加熱する。
- ⑧ 竹串をさしても、何もついてこなければ出来上がり。ダッチオーブンから取り出し、冷めたら切り分けて食べる。

材料

(紙製バウンドケーキ用ケーキ型 2個分 8人分)
薄力粉 (150g) ・ココア (100g)
無塩バターまたはショートニング (120g)
砂糖 (120g) ・卵 (4個)
レーズン (40g) ・クルミ (40g)
ベーキングパウダー (大さじ2分の1)
バニラエッセンス (適量)
塩 (小さじ4分の1)



家庭のオーブンでもできますよ。
ただし、焼く時間は考えてね。

出来上がり

● 第三日曜日は家庭の日「家族のきずなを深める日」としましょう。