

# 文芸とうかい

## 【俳句】

夜桜や窓から見ゆる喫茶店

豊白 東海林笑湖

今もなお手応え残る夜釣りかな

南台 渋谷ひろし

断捨離を始む蟄居の四月かな

村松北 小野寺紀夫

表情の見えぬ淋しさ水中花

豊白 小林 久男

春の土蹴つて園児の遠出かな

村松 大内たけみつ

空青しコロナ予防で首夏となる

船場 庭田紀久子

## 【短歌】

この季節柿の若葉が萌える頃

コロナの終息ひたすら祈る

外宿 小林美代子

八時だよ時代知らぬも子が笑う

家族もそろって大爆笑

内宿 三浦 充宏

かしわ餅もちより来たる娘達

コロナ禍のなか絆感じる

照沼 佐藤 昇

初めての救急車にて血圧脈体温と  
生年月日今日の日聞かる

緑ヶ丘 佐藤 正

じゃが芋の若葉日に伸び土の中  
われゆ確かな営みを持つ

須和間 柴山 靖子

梅雨の空晴耕雨詠今日も去る  
明日の晴れるを心待ちして

白方中央 寺島 功夫

ナツメロをながして過ぐすコロナ禍に  
ズームで騒ぐ妻のパソコン

豊白 梅津 秀雄

初夏の風さわやかに吹く日曜日

露地の苺の赤き実を摘む

船場 野々道 歩

百年後の歴史に残るコロナ禍は  
いかに語られ如何に継がれむ

駅西 大貫はるみ

今時は外食茶飲み歩けずに

電話で話す友いる楽し

白方中央 海老根ヨシイ

庭先のつつじ今年もまんかいだ

心なごませ元氣かみしむ

白方 佐藤 操

五月雨に緑の映える花桃は

孫誕生の記念の木なり

船場 萩谷 洋子

季長く庭にむれ咲く紫の

立つばすみれいつ散るとなし

村松 桜井 秀子

簡単なのに本格的！ おうちで作ろう♪

## 「かぼちゃドーナツ」

### 【作り方】

- ①かぼちゃはラップをかけ、レンジで解凍してやわらかくし、皮ごとつぶす。
- ②ボウルに(A)を入れて、泡立て器で混ぜる。
- ③②に溶き卵、牛乳、つぶしたかぼちゃを入れて軽く混ぜ、ひとまとめにする。
- ④まな板に打ち粉をして、ひとまとめにした生地をめん棒などで伸ばし、大小のコップで抜いてドーナツ型にする。または、生地をひも状に伸ばして輪にし、ドーナツ型にする。
- ⑤160℃の油できつね色になるまで揚げ、油をきる。熱いうちに仕上げ用の砂糖をまぶしたら、出来上がり♪



かぼちゃをサツマイモに代えてもおいしく作れます♪ 生地を混ぜたり型抜きしたり、お子さんと楽しく作ってみませんか？



材 料	分量 (4個分)
かぼちゃ(冷凍)	100g
(A)薄力粉	100g
(A)砂糖	50g
(A)ベーキングパウダー	小さじ1
溶き卵	1/2個
牛乳	大さじ2
油	適量
仕上げ用砂糖	少々
※エネルギー(220kcal / 個) (A)は、ホットケーキミックス(150g)に代えることができます。	