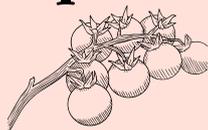




Sapporo Farmer's recipe



札幌産のかぼちゃで作ろう！ ミルクーなかぼちゃのおしるこ

簡単 ⌚ 15分

【材料】2人分

(かぼちゃ団子)

かぼちゃ 100g

白玉粉 100g

(かぼちゃ汁粉)

かぼちゃ 100g

牛乳 300cc

練乳 大さじ3

塩 少々

水溶き片栗粉 適量

シナモンパウダー 少々



- 【作り方】①かぼちゃ団子を作る。かぼちゃはひと口大に切ってラップで包み、電子レンジで2～3分加熱する。柔らかくなったらボールに入れてフォークで潰す。白玉粉を加え水70mlを少しずつ入れて混ぜる。小さく丸めて真ん中をくぼませてから熱湯で茹でる。浮き上がったらすくって冷水にとる。
- ②かぼちゃ汁粉を作る。かぼちゃは団子の時と同様に電子レンジで加熱してなめらかになるまで潰す。つぶしたかぼちゃと汁粉の残りの材料を小鍋に入れて中火にかける。水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ③器に①の団子を入れて②の汁粉を注ぐ。お好みでシナモンパウダーを振る。

かぼちゃ団子に加える水の量は、かぼちゃの水分量によって調整してください。