

2019年7月20日開催 一人暮らし応援！料理教室 レシピ

ひとり暮らし応援!!料理教室で作った料理のレシピを公開します。是非挑戦してみてください。

【豆腐のくずもち】

<材料>一人分

絹ごし豆腐	300 g
片栗粉	54 g
きび砂糖	9 g
黒蜜	20 g
きな粉	10 g
ゆで小豆缶詰	50 g

<作り方>

- ①豆腐と片栗粉ときび砂糖を泡だて器でペーストになるまで混ぜる。
- ②鍋にいれ、弱火で焦げ付かないように混ぜる。ひたすら、ひたすら混ぜる。
- ③水分が飛んで、ねっちりしてきたら、濡らしたバットに移して、粗熱をとって冷やす。
- ③ 食べやすい大きさに切って盛り付け、きな粉・黒蜜・あんこを添える。

豆腐ときなこをいれることで、カルシウム豊富なデザートになります。お盆におじいちゃん、おばあちゃんやご家族のみなさんに作ってあげてください

