

くるみあずきゆべし

～夏は冷やして食べると美味しいです～

材料

白玉粉・・・200g
水・・・・・・・・220cc
あずき缶・・・小1缶（粒）
砂糖・・・・・・・・100g
くるみ・・・・・・・・50g
片栗粉・・・・・・・・適宜



作り方

- ① くるみは粗めに刻み、フライパンで炒っておく。
- ② ボウルに白玉粉・砂糖を入れ、水を加えながらなめらかになるまで混ぜ、くるみ・あずきを加える。
- ③ タッパーに②を流しいれ、30分蒸す。
- ④ 上にたまった水を取り、冷ます。
- ⑤ 上に片栗粉をのせ、バットの上にひっくり返す。（ヘラを使うと良い）
- ⑥ まわりに片栗粉をまぶし、形を整える。（厚さ1cmくらいの長方形）
- ⑥ 3cm×3cmくらいに切り、切り口にも片栗粉をまぶす。

レシピ提供：富士見町栄養士会 中山千香美