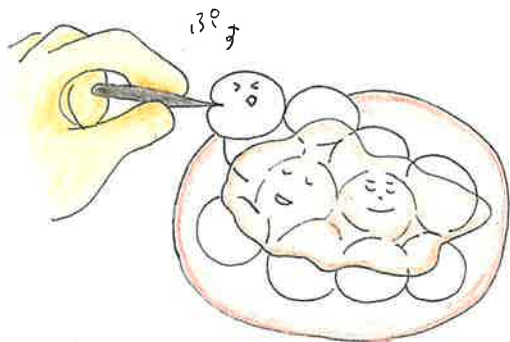


豆腐みたらし団子



ゆかせんせいのおススメ一言

子どもたちと一緒に
楽しくおいしく出来る
おやつですねー！



<材料 4人分(大人2人+幼児2人分)>

白玉粉	90g
絹ごし豆腐	90g
砂糖	15g (大さじ1・1/2)
しょうゆ	5g (小さじ1弱)
片栗粉	5g (大さじ1/2)
水	50ml (1/4カップ)

<作り方>

1. 白玉粉に豆腐を崩しながら入れ、こねる。
耳たぶくらいの固さになるように水で調整する。
2. 沸騰した湯に団子を入れ茹でる。
浮いてきたら冷水にとる。
3. 砂糖、しょうゆ、水、片栗粉を合わせて火にかけ
とろみが出てきたら火を止める。
4. ②の団子に③のみつをかける。

<栄養価(幼児1人あたり)>

エネルギー	カルシウム	食塩
77kcal	10mg	0.1g