



おいしく・健康的に 食べよう
Kitchen Smile
OFFICIAL RECIPE SITE



Copyright (C) Kansai Super Market Ltd. All Rights Reserved.



手作り和菓子で 白玉ぜんざい



一人あたりのエネルギー 391kcal	食塩相当量 0.1g	調理時間 約30分
------------------------	---------------	--------------

この表示値は目安です

■材料 (2人分)

白玉粉 80g
水 70ml
市販のゆであずき 200g

■作り方

- ① 白玉粉をボウルに入れ、水を半量加え混ぜ合わせる
- ② 残りの水を少しずつ足しながら、耳たぶより少し硬いくらいになるまで均一に混ぜる
- ③ ②を均等なサイズに12個、手でちぎり丸め、最後に中央を指で押しくぼみをつくる
- ④ 鍋にたっぷりのお湯を沸かし、③をすべて入れ、鍋底につかないように一度やさしくかき混ぜ、3分程度茹でる
- ⑤ だんごが浮いてきたら、更に1分程度茹で、ざるに取り水を切る
- ⑥ 鍋にゆであずきを入れ弱火で混ぜながら温める
- ⑦ ⑥を器に分け、⑤を入れる

cooking memo