



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.



旬のフルーツで手作りスイーツを作ろう!

デコポン大福



一個あたりのエネルギー 169kcal	食塩相当量 0.0g	調理時間 約30分
-------------------------------	----------------------	---------------------

この表示値は目安です

■材料 (6個分)

デコポン1個
市販のあんこ 150g
白玉粉 100g
水 150ml
砂糖 40g
片栗粉 適量

■作り方

- ① デコポンは皮、薄皮を剥き房状に分け、半分に切り、しっかりとキッチンペーパーで水気を拭き取る
- ② あんこは6等分に分け①を包んで丸め、冷蔵庫で冷やしておく
- ③ 耐熱ボウルに白玉粉と水を入れて混ぜ、砂糖を加えて更に混ぜ合わせる
- ④ ③にラップをし600Wの電子レンジで5分程度加熱し、取り出してしっかりと練る
- ⑤ パットに片栗粉を適量、全体に広げ、その上に④を入れて熱いうちに火傷に注意しながら6等分する
- ⑥ ⑤を手のひらの上で広げ、②を包む



・あんこは、こしあん、粒あん、白あんなどお好みのものを使用してください
・水で手が濡れているとくっつきやすいので、乾燥した手で作業をしてください

cooking memo