

春のおすすめ

メニュー

いちご大福

1人分 94 kcal

材 料 (4人分)



A	{	米粉	40 g
		砂糖	8 g
		水	72 g
		赤・色粉	あれば少々
いちご		適量	
(なければ黄桃か白桃の缶詰)			
あんこ	100g (1個25g)		
(こしあん、白あんお好みで)			
片栗粉	適量		

『作り方』

- ①あんこを25gの4等分に分け、ヘタを取って水気を拭いたいちごを1つずつ包む。
- ②耐熱ボールにAを入れよく混ぜる。
- ③②にラップしてレンジ(600W)で1分加熱し、全体的に混ぜ、もう一度ラップしてレンジで1分加熱する。
- ④木べらなどで突きながら練った後、手水をつけなめらかになるようにこね、4等分する。
- ⑤片栗粉をまぶしながら手で伸ばし①のいちごを真ん中に下向きにのせて、包み込む。つなぎ目を下にして置く。

POINT★

電子レンジで簡単に
軟らかいお餅が
できます。