

簡単クッキング つくってみましょう！！（おやつ編2）

この部分は
ぼくたち・わたしたちが
挑戦するよ！



<とうふだんご> 準備するもの：ボウル・ざる・

小鍋・すくい網又はおたま

材料（4人分）

材 料	分 量
白玉粉	100g
絹ごし豆腐	100g

【作り方】

- 1 ボウルに白玉粉と豆腐を入れてよく混ぜ合わせる。
- 2 1を耳たぶ位の固さになるまでこねたら、食べやすい大きさに丸める。
- 3 鍋に湯を沸かし、2の丸めただんごをふちからそっと入れる。
- 4 浮いてきて1分位ゆでたら冷水にとり、ざるにあげる。

だんごは丸めたあと、

真ん中をくぼませてからゆでると

早くゆであがり、誤飲防止にもなります。



<あまからだれ>

【作り方】

材 料	分 量
砂糖	大さじ4
しょうゆ	大さじ2
水	大さじ4
片栗粉	小さじ2

- 1 鍋に砂糖、しょうゆ、水、片栗粉を入れよく混ぜる。
 - 2 1を火にかけ、混ぜながらとろみがつくまで加熱する。
 - 3 上記のだんごの水を切り、2をからめる。
- ※好みに刻みのりをトッピングしてもOK！



<きなこ>

<ごま>

【作り方】

材 料	分 量
きな粉	大さじ2
砂糖	大さじ2
塩	少々

材 料	分 量
黒すりごま	大さじ3
砂糖	大さじ3
塩	少々

- 1 <きなこ><ごま>の材料をそれぞれ合わせておく。
- 2 上記のだんごの水を切り、1をかけるか和える。

<ミルクずもち> 準備するもの：鍋・木べら・ボウル・バット・スプーン

材料（4人分）

【作り方】

材 料	分 量
片栗粉	大さじ2
薄力粉	大さじ2
砂糖	大さじ4
牛乳	250ml
きな粉	大さじ4

- 1 片栗粉、小麦粉、砂糖を鍋に入れて、よく混ぜ合わせ、（ここでしっかり混ぜておくと、だまになりにくい。）牛乳を少しずつ加えて溶く。
- 2 鍋を火にかけ、木べらで混ぜる。 **火加減に注意！**
※鍋の底から固まってくるので、しっかり混ぜる。
- 3 “これ以上固さが変わらない”状態になったら、火からおろす。



- 4 水で濡らしたボウル（またはバット）に移して、粗熱が取れたら、冷蔵庫で冷やす。
- 5 きな粉をボウル（または大きめの器）に入れておき、4をスプーンですくって入れ、表面にまぶす。
- 6 器に盛り付ける。