

女性部が教えます!

米粉でつくろう かんたん レシピ集

チーズみたらし団子

(蕨岡支部)



米粉のお買い求めは
お近くのAコープ各店や
農産物直売所
「みどりの里山居館」へ

■材料 (約6本分)

白玉粉	75g	C	醤油	大さじ3
水	75ml		みりん	大さじ3
米粉	75g		水	大さじ3
熱湯	75ml		砂糖	60g
プロセスチーズ	75g		片栗粉	大さじ1と1/2

■作り方

- ①ボウルに白玉粉と水を入れ、よく混ぜます。
- ②別のボウルに米粉と熱湯を入れ、よく混ぜます。
- ③①と②を合わせ、生地がなめらかになるまでこねます。
- ④プロセスチーズを24等分にします。
- ⑤③を棒状に伸ばして24等分にし、④を入れて丸め、熱湯でゆでます。
- ⑥浮き上がったら水にとり、竹串に刺します。
- ⑦鍋にCの材料を入れて火にかけ、焦げないように加熱します。沸騰させて1分間煮詰めて⑥についたら完成です。

※たれはみたらしに限らずお好みで楽しみましょう。

レシピのバックナンバーは当JAホームページでご覧いただけます。