

第30回

ごはん de モンブラン
(遊佐支部・稲川地区)

女性部オリジナル お米を食べよう！ シシピ°



材料

- ・栗…500g
- ・お米…1カップ
- ・牛乳…1カップ
- ・砂糖…大さじ2
- ・ホイップクリーム…1個



作り方

- ①栗を茹で、冷ましてから皮を剥き、フォークでつぶします。
- ②洗った米に牛乳と砂糖を入れて炊きます。
- ③で炊きあがった米を4等分に分けます。4等分した米のうち1個分の半量と①の栗をカップに入れます。
※①は飾りつけにも使うので多めに残しておきましょう。
- ④残りの半量のご飯を上のにせ軽く押さえます。
- ⑤上に生クリームをのせ、上に①を多めにふりかけたら完成です！

シシピのバックナンバーは当J Aホームページでご覧いただけます。