

●作ってみませんか【平成26年8月1日号】

もちもちミルク茶巾デザート

燕市食生活改善推進委員協議会

燕市食育推進計画より「食に関する体験交流の拡大」

～手軽な材料でおいしいおやつ。親子で一緒に作りませんか～

●材料(2人分)

A(抹茶…大さじ1・砂糖大

さじ…2・片栗粉…30g)B

(牛乳…200cc・生クリーム

…30cc)・ソース(生クリーム…大さじ2 強・砂糖…大さじ1.5)・

トッピング(甘納豆・黄桃缶・季節の果物など好みで)



●作り方

①Aの材料をよく混ぜ合わせておく。／②AにBを加え、片手鍋に入れて5分ほどとろみが出るまで、木べらでしっかりと練り上げる。／③生地を、ぬらしたスプーンですくって4等分し、ラップで包み、茶巾に絞る。輪ゴムで縛って止める。／④ラップの中に水が入らないように、冷水の入ったボウルで冷やす。／⑤ソースの材料を混ぜ、ゆるく泡立てる。皿にソースをしき、冷やし固

めた茶巾を乗せ、周りにトッピングなどを飾る。

※抹茶の代わりに、同量のインスタントコーヒー粉や、ココアパウダーなどにして作ってもおいしい。冷蔵庫で冷やし固めすぎると、もちもち感が損なわれるので注意。