

野菜ソムリエ
あけみさん
おもしろ★たのしい
ワッキング!!



Vol.38

◆作り方

- ①ボウルに豆腐と白玉粉を入れてしっかり混ぜ合わせる。
- ②①を好みの大きさに分けて丸め、熱湯に落とし入れ、浮いてきたら冷水に取って冷やす。
- ③フルーツ缶のフルーツは食べやすい大きさに切り、汁ごと一緒に団子と合わせて器に盛って、あんをそえる。

ふんわり
やわ
柔らか

お豆腐団子のあんみつ風

◆材料 (1人分)

絹ごし豆腐…100グラム
しらたまこ
白玉粉 …100グラム
フルーツ缶
(なんでもOK)
…1缶
市販のあん…大さじ4



ワンポイント
アドバイス

絹ごし豆腐の代わりに木綿豆腐を使うと、しっかりした食感の団子になるよ。豆腐の量を多くして、やわらかい団子にするのもおすすめ!

★アレンジ★

豆腐団子にきな粉や黒みつをかけて食べたり、お味噌汁に入れたりしてもおいしいよ。