

フルフルみるくくずもち



材料はコレ！
子供でも作れる
やわらかい
くずもちです。

ざいりょうめい 材料名	にんげん 5人分
ぎゅうにゅう 牛乳	1カップ
かたくりこ 片栗粉	おお 大さじ2
さとう 砂糖	おお 大さじ2
きなこ	この トッピングはお好みで！
くろみつ	この きなこで和風に、ジャムやチョコソー スで洋風に、好みの味で食べましょ う。
お好みのジャムなど	

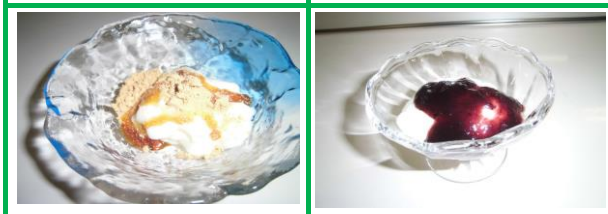
①	②	③	④
ざいりょう 材料をよよいします。計り や計量スプーン、計量カッ プで計りましょう。 なべ 鍋（またはフライパン）、 まへら、ゴムへらも用意し ます。	あつで なべ 厚手の鍋（テフロン加工のフラ イパンでもよい）に、ぎゅうにゅうか たくりこ さとう 片栗粉・砂糖をいれて、よく混ぜ ます。	かたくりこ さとう 片栗粉と砂糖のかたまりが なくなったら、コンロにの せて火をつけます。ちゅうび 中火 にします。	きべらでま 木べらで混ぜながら加熱し ます。なべ 鍋のまわりがフツフ ツしてきたら、よわび 弱火にし て、底がこげないように てばやま 手早く混ぜます。



⑤	⑥	⑦	⑧
ぜんたい 全体がトロリとしてきた ら、さらによく練りあわせ ます。	ひ 火を消します。	いちどみず タッパーを一度水でぬらし ながら てから⑥を流します。	れいぞうこ 冷蔵庫で1時間ぐらい冷や します。



⑨	⑩
れいぞうこ 冷蔵庫から出して、スプー ンで器に上手によそいま す。	この お好みできなこや黒蜜をか けたり、ジャムなどをトッ ピングして食べましょう。



コツ・ポイント

こども
子供が作りやすいように片栗粉を少なめにしたので
やわらかく出来上がります。④で底がかたまってきたら、てばやま
手早く、力をいれてよく混ぜます。

ひとくち
ひと口メモ

こども
子供からお年寄りまでおいしく食べられて、簡単に作
れます。カルシウムたっぷりのおやつです。