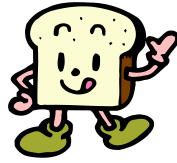


# タピオカの ココナッツミルク



## <材料> 4人分

・桃缶	150g
・パイナップル缶	120g
・みかん缶	150g
・タピオカ（乾）	25g
・ココナッツミルク	75g
・牛乳	200g
・砂糖	25g

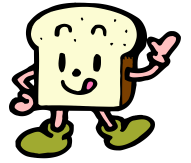
## <作り方>

- ①牛乳を60度くらいに温め、砂糖を加えて煮溶かし、ココナッツミルクを加えて冷ます。
- ②タピオカは透明になるまで茹で、水にとる。
- ③汁を切ったフルーツ缶と①②をあえて冷やす。

## <ひとこと>

- ・タピオカは茹でてから時間をおくと食感が変わるので、作ったらできるだけ早く食べる事をおすすめします。

# のりあげくん



## <材料> 4人分

・鶏ひき肉	120g
・れんこん	100g…半分おろす、半分みじん
・にんじん	20g…あらみじん
・じゃがいも	100g…ささがき
・卵	1/2個
・パン粉	20g
・しょうゆ	7g
・酒	4g
・砂糖	2g
・塩	1g
・のり（5cm×5cm）	4枚

## <作り方>

材料を全て混ぜてまるく形を整え（コロケのような形）、片面にのりをつけて油で揚げる。

## <ひとこと>

- ・「おいしい！」と評判だったメニューです。
- ・まわりに衣をつけないので、少ない手間で作れます。（見た目はさつま揚げのようになります。）