

豆腐入り白玉団子

吹田市立保健センター



エネルギー(kcal)	食塩(g)
121	0

(1人当たり)

材料 (4人分)

- ・白玉粉 80g
- ・絹ごし豆腐 100g
- ・きなこ 15g
- ・砂糖 15g

つくり方

- ① 白玉粉と絹ごし豆腐を混ぜ合わせる。
- ② 耳たぶくらいの硬さになるようにする。
- ③ ②を丸めて沸騰した湯でゆでる。
- ④ 浮いてきたら1分ほどゆで、水を張ったボールにとり、冷ます。
- ⑤ ④をきなこ砂糖であえる。