



子育て応援企業
レシピ

親子でつくろう 豆腐白玉だんご



水を使わず、絹ごし豆腐を使うことで、
柔らかくお子さんにも食べやすく、お豆腐の栄養も取れます。
子どもたちは、こねる作業が大好き！
一緒に楽しく作ってくださいね。

材料（4人分）

豆腐（絹豆腐）	1/2丁
白玉粉	130g
黒みつ、きなこ、あんこ、フルーツ缶など	
好みのトッピング	適量



〈作り方〉

- 1 豆腐は粗くくずし、白玉粉を入れて練る。
- 2 小さくちぎり、平たく丸める。
- 3 鍋にたっぷりの湯を沸かし、2を少しずつ入れ、だんごが浮いてきてから1～2分煮る。
- 4 冷水に取り出し、冷たくしておく。
- 5 水を良く切り、器に盛り、好みのトッピングでどうぞ。

レシピ提供：mix&mix 田口直美