

親子でDE Let's クッキング♪

子どもたちに大人気のお豆腐入り白玉だんごの作り方紹介♪
やわらかくて食べやすく、そしてなんといってもヘルシー！

暑い夏に
ピッタリ♪

★用意するもの

- ①市販の白玉粉
- ②豆腐一丁
- ③水
- ④ボール、おたま
- ⑤味付けはお好みで！



★作り方

- ①ボールに適量の白玉粉をいれ、豆腐1丁を入れて混ぜる。
- ②お子さんに、こねてもらいましょう♪よごしちゃても怒らないで～！
- ③耳たぶくらいの固さになるまでこねましょう。水は少しずつ入れてね。
- ④食べやすい大きさに丸めましょう！
- ⑤沸騰したらお湯の中に、丸めた白玉を入れましょう。
- ⑥白玉が浮いてきたら、1分くらい茹でます。
- ⑦1分たった氷水の中に入れましょう。
- ⑧あとは、お皿に盛りつけ！味付けはお家にあるもので♪

※たくさん作ってしまったら、タッパーやジップロックの中に水を入れ白玉を入れておけば、固まらずにとっておけます。豆腐が入っているので早めにお召し上がりください。

※小さいお子さんは、食べる際にハサミ食べやすい大きさにきってあげてね。



★味付け

- ・きなこ ・あんこ ・みたらし
- ・冷凍のベリーミックスを砂糖とお水で3分煮て、フルーツポンチ風に！