

食で笑顔に！

あさごニコッとキッチン レシピ



「簡単おやつレシピ」

おひなまつりやおもてなしに♪



電子レンジで簡単☆いちご大福

材料	分量（8個分）	作り方
白玉粉 砂糖 水 こしあん 片栗粉 いちご	100g 大さじ3 150ml 200g 適量 8粒	①いちごはへたを取っておく。 ②こしあんを8等分し、それぞれいちごを包んで丸めておく。 ③耐熱ボウルに白玉粉、砂糖、水を入れて混ぜる。 ラップをかけずに、電子レンジ（600W）で2分加熱する。 濡らしたゴムベラでよく練り、再び2分加熱し、よく練る。 ④生地が透明になったら、片栗粉をしいたバットに移して8等分する。 ⑤④を手の上で広げ、②をのせる。 ⑥底側で生地を指先でつまみながらとじ、丸める。

**キウイフルーツやカットパイナップルなど、
中身を変えてフルーツ大福にしても！**

※水分の多いフルーツは、キッチンペーパーで
しっかりと水分を拭き取ってから使いましょう。



こんな風にしても♪

- ① こしあんだけを包んで丸める。
- ② 上部にキッチンバサミで切り込みを入れ、いちごを入れる。

