

だいず くずもち かんさいふう

大豆 葛餅 (関西風)



ぶんりょう しょうがっこうそうとう
(分量は小学校相当です)

| しょうざいりょうめい 食材料名 | ぶんりょう 分量 (g) | したしより 下処理 | つく かた 作 り 方 |
|--------------------|-----------------|------------------------|--|
| あじつきだいず SNF味付大豆 | A 7 | | ①味付大豆はAの分量で煮て、仕上げに塩を加える。 |
| しお 塩 | A0.01 | | べつようき よぶん する 別容器にとり、余分な汁をきる。 |
| みず 水 | A 7 | | ②Bを鍋に入れ中火で常にまぜながら加熱する。 |
| でんぷん | B 5 | | はんとうめい ねば で ひかげん ちょうせつ 半透明になり粘りが出てきたら火加減を調整しな |
| しょうはくとう 上白糖 | B 1.2 | | おんどかくにん まめ くわ さいどおんど かくにん がら温度確認。豆を加え再度温度を確認したら |
| みず 水 | B 50 | | ひ と 火を止める。 |
| くろみつとう 黒糖蜜 | 5 | べつとこほうそうひん 別途個包装品あり | ねんど しょうりょう つく つく ※粘度があるので、少量ずつ作るほうが作りやすい |
| こな きな粉 | C 2.5 | | でしよう。 |
| さんおんとう 三温糖 | C 1.6 | | ③大きめの容器に②をとって、プリンカップにわける。 |
| しお 塩 | C0.02 | | ④Cをかける。 |
| プリンカップ90cc | | | ☆このレシピは関東風の小麦粉原料のものではなく |
| | | | かんさいふう こ くずもち 関西風のくず粉の葛餅をアレンジしたものです。 |

えいようか
栄養価 (参考値)

| エネルギー kcal | たんぱく質 g | 脂質 g | 塩分相当量 g | カルシウム mg | マグネシウム mg | 鉄 mg | 亜鉛 mg | ビタミンA VA μgRAE | ビタミンB1 VB1 mg | ビタミンB2 VB2 mg | ビタミンC VC mg | 食物繊維 g |
|---------------|------------|---------|------------|-------------|--------------|---------|----------|----------------------|---------------------|---------------------|-------------------|-----------|
| 81 | 2.6 | 1.4 | - | 12 | 12 | 0.4 | 0.2 | 0 | 0.04 | 0.01 | - | 0.9 |