

NKまつえ上乃木保育園

おすすめレシピ

◎かぼちゃ団子(子ども1人分)



かぼちゃ	60 g
干しぶどう	4 g
きな粉	1 g
砂糖	2 g

1. かぼちゃは、適当な大きさに切って皮をむき、ゆでるか蒸す。
2. 1が熱いうちにつぶし、水気を飛ばす。
3. 干しぶどうはお湯に漬けてやわらかくし、適当な大きさに切る。
4. 2に3を加え、よく混ぜる。
5. 4はラップに1人分ずつとって茶巾にする。
6. 5にきな粉、砂糖を混ぜたものをまぶす。

きな粉とかぼちゃの相性が抜群で
人気のおやつです。

