

# 牛乳きなこもち



## ポイント

🌀 片栗粉を使って手軽にできます！  
牛乳の代わりに豆乳でも美味しく仕上がります。



### 【レシピ】

材料 (子ども4人分)	A { <ul style="list-style-type: none"><li>・片栗粉 30g</li><li>・砂糖 大さじ1</li><li>・牛乳 1カップ</li></ul> <ul style="list-style-type: none"><li>・きな粉 大さじ3</li><li>・砂糖 大さじ 1/2</li></ul>
作り方	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 鍋にAを入れて木杓子でよく混ぜ合わせて火にかける。</li><li>2. とろみがついてきたら弱火にして、さらにかき混ぜながら2~3分練り、もちもちしてきたら火を止める。</li><li>3. 鍋ごと水につけて冷まし、ぬらしたスプーンなどで適当な大きさにすくい、きな粉と砂糖を混ぜ合わせた中に入れてまぶす。</li></ol>
1人分の エネルギー・塩分量	<ul style="list-style-type: none"><li>・エネルギー : 90kcal</li><li>・食塩相当量 : 0.1g</li></ul>

\* 1人分はあくまでも目安の量です。お子さんの食べられる量にあわせてあげてください。