



ぷにゅぷにゅ♪ ミルクくずもち

材料 (大人2人+こども1人分の目安)

A	牛乳	400ml
	片栗粉	70g
	砂糖	大さじ1
	きな粉	大さじ2

栄養価	こども1人分
エネルギー	120 kcal
食塩相当量	0.1 g

作り方

- ① 鍋にAを入れ、木べらで混ぜながら火にかける。
ふつふつするまで絶えず混ぜ、少しもったりしてきたら
手早く練り混ぜる。
- ② もち状になったら火からおろし、そのまま冷ます。
- ③ きな粉を入れた器に②をスプーンで一口大に落とし、まぶす。



<大人へのアレンジ> … お好みで黒蜜やはちみつを足す。

