

～手作り阿波ういろ～



ういろがレンジで
作れるよ!

材料 4人分

- はくりきこ 薄力粉 100g
- こしあん 150g
- お湯 300ml

作り方

【下準備】

きれいに洗った牛乳パック（1L）の一面を切り取り箱状にし、ラップをしく。（図1）

- ① ボウルにこしあんとお湯を入れてよく混ぜ、こしあんを溶かす。
- ② はくりきこ 薄力粉に①を少しずつ加え、ダマにならないようによく混ぜる。
- ③ ②をざる等でこす。
- ④ ③を牛乳パックに流し入れ、ふんわりラップをかけて600wで8分加熱する。（★煮えていない場合は、様子を見ながら、レンジ600wで10秒ずつ追加で加熱してください。）
- ⑤ 冷めてから切り分ける。



（図1）



①



②



③



④

