

まるやかな甘さのあったかスイーツ

ひとくちルマンドのココナッツ汁粉



材料 (2~3人分)

汁粉

- ・ かぼちゃ 250g
- ・ ココナッツミルク 1/2カップ(100ml)
- ・ 牛乳 1/2カップ(100ml)
- ・ 砂糖 50g

白玉

- ・ 白玉粉 40g
- ・ 砂糖 小さじ1/2
- ・ 水 40~50ml

トッピング

- ・ 粒あん 適量
- ・ ひとくちルマンド 6個
- ・ かぼちゃやひまわりの種 お好みで

作り方

汁粉

1. かぼちゃは種を取り、ラップをしてレンジ(600W)で3~4分加熱する。粗熱が取れたら皮を取り、つぶす。(つぶした状態で200g前後目安)
2. 鍋にココナッツミルク、牛乳、砂糖を加えて中火にかけ、ふつふつしてきたら1.のかぼちゃを溶き入れる。一煮立ちしたら火を止める。

白玉

1. ボウルに白玉粉、砂糖を入れて、様子を見ながら水40~50mlを加えて耳たぶくらいの固さになるまでよく混ぜ、まとめる。鍋に湯を沸かし、6等分に丸めて茹で、浮き上がってきたら1分ほど茹でて冷水に入れる。

トッピング

1. 器に2.でできた汁粉を入れ、白玉、粒あん、ひとくちルマンド、かぼちゃやひまわりの種を適量トッピングする。

所要時間 約40分

ワンポイントアドバイス

ココナッツミルクが苦手な方は、牛乳や豆乳におきかえても作れます。

※調理後はお早目にお召しあがりください。

※やけどにご注意ください。

※食材を切る際はケガにご注意ください。