

ぼんち賞

アルファ化米粉で簡単!!練り切り (αKAKOMEKODEKANTAN!!NERIKIRI)

レシピの紹介

α化米粉を使うことでもっちりしっとりとした上品な練り切りに仕上げました。材料もたった6つで簡単に本格的な練り切りを作ることができます。楽しく好きな形を作れるのでお子様とのお菓子作りにもおすすめです。

○所要時間(60分)

○材料(8個分)

アルファ化米粉	10g
砂糖	10g
水	24g
白あん	200g
こしあん	80g
食紅	適量(赤、黄など)

○作り方

- ① こしあんを分ける
 1. こしあんを1つ10gずつに分け、手の平で団子状にまとめる。
- ② 求肥を作る
 1. アルファ化米粉と砂糖、水を耐熱ボウルに入れ、よく混ぜる。
 2. ボウルにふんわりとラップをかけ、500wの電子レンジで1分加熱した後かき混ぜる工程を繰り返し、もち状にする。
- ③ 白あんを混ぜる
 1. 白あんを500mlの電子レンジで1分加熱し、①の求肥とよく混ぜる。
 2. 手で触ってもくっつかないくらいの状態になるまで、再び500w電子レンジで加熱しかき混ぜる工程を繰り返す。
- ④ 成形する
 1. ③にお好みの食紅で色をつけ、こしあんを包み、好きな形で作る。
三角棒などの専門道具がない場合、アイスのヘラやつまようじ、箸などを使っ

てあとをつけるとよい。

写真

