

今回もお手軽な一品料理をご紹介します♪ぜひお試しください♪

【レンジで簡単かしわもち】(10個分)

- 白玉粉 60g
- 上新粉 140g
- 上白糖 15g
- 水 180cc
- こしあん 200g
- 柏の葉 10枚



1. 耐熱容器に白玉粉、水を入れて混ぜる。
上新粉、砂糖を加え、なめらかになるまで混ぜる。
2. ラップをかけ、600W1分レンジで加熱する。
3. よく練り、再度ラップをして2分加熱する。
4. もう一度練り、4分加熱する。
5. 水にさらして粗熱をとる。
6. ぬれた布巾等で生地を包みまとめる。べたつく場合は再度加熱する。
7. 生地を10等分し、薄い楕円形にする。
あんを包んで、生地が冷めたら盛り付ける。



【サバ缶で作る簡単みぞれ煮】

- サバ水煮缶 2個
- 大根 1/5本
- 水 150ml
- しょうゆ 大さじ2
- みりん 大さじ1.5
- 砂糖 大さじ1
- 顆粒和風だし 小さじ1



1. 大根はおろしてザルに上げ、水気を切る
2. フライパンに水と調味料を入れ熱し、
煮立ったらサバを入れ落し蓋をして弱火で5分煮る
3. 大根おろしを入れてひと煮立ちさせる

