



# おうちでクッキング



ぜんかい しょうかい  
前回ぼくが紹介した『かたつむりのパン』と

『さわやかマンゴームース』は作ってくれたかなあ？

こんかい たの つく  
今回もおうちで楽しみながら作れる

『ベジ白玉ポンチ』を紹介するんだなあ♪

つく たの  
作るのがとっても楽しいから

みんなで作ってみたいんだなあ



## おうちでクッキングレシピ

### ベジ白玉ポンチ

ざいりょう にんぶん  
(材料 5人分)

ざいりょうめい 材料名	すうりょう 数量 (g)
★白玉粉	80g
★つる紫	1株
★水	1/2c
★フルーツ缶・汁	160g/50g
★サイダー	300g



- ① つる紫はさっとゆで、水と合わせミキサーにかける。白玉粉を少しずつ合わせ、耳たぶくらいの硬さにし、2cm 位に丸め真ん中を軽くつぶす。
- ② 鍋にお湯を沸かし①をゆでる。浮いたらさらに1分ゆで、冷水にとり冷やす。
- ③ お皿に白玉とフルーツを盛り、サイダーをかける。

※材料は小松菜・ほうれん草などでも大丈夫です。

