

# かぼちゃだんご

ほっくり自然のかぼちゃの甘みいっぱいのおだんご



## 材料 (作りやすい分量)

|      |    |       |
|------|----|-------|
| かぼちゃ | …… | 1/4 個 |
| 片栗粉  | …… | 大さじ 7 |
| 砂糖   | …… | 大さじ 2 |
| なたね油 | …… | 大さじ 3 |

## 作り方

- 1 かぼちゃは、種とわたを取り除き、一口大に切る。耐熱容器にいれ、ふんわりラップをかぶせ、レンジ 600W で 7 分、柔らかくなるまで加熱する。取り出して皮をむき、フォークなどでつぶす。
- 2 1 のかぼちゃに、砂糖、塩、片栗粉を加えよく混ぜる。
- 3 まとまってきたら、平たい丸い形にする。
- 4 フライパンに油を熱し、片面が色よく焼けたら、裏返して両面焼く。