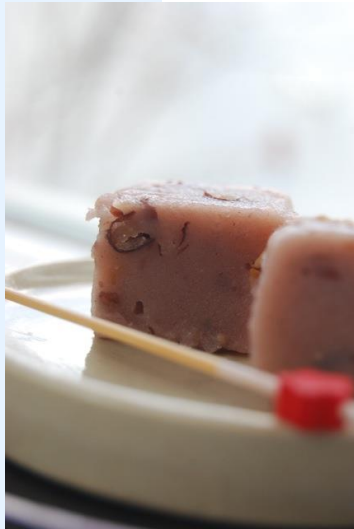


あずきういろう

レンジで簡単、甘さ控えめ、もちもちういろうです



材料(1 本分)

米粉	……	120g
つぶあん	……	120g
砂糖	……	大さじ 2
熱湯	……	250g

作り方

- 1 空になった 1000ml 飲料のパックを用意する。きれいに洗い乾燥させておく。右下写真のように一つの側面の中央を切って内側に折り込んでおく。
 - 2 ボウルに米粉、熱湯を入れてよく混ぜる。混ざったら、つぶあん、砂糖を加えさらに混ぜる。
 - 3 生地をパックに入れる。1000ml のパックに半分くらいの高さまで入れる。表面をゴムベラなどで平にする。内側におりこんでいた部分を元に戻し、パックの原型にもどす。レンジ 600W で 7 分加熱する。加熱後とりだしそのまま冷めます。冷めたら食べやすい大きさに切る。
- ・ イチジクやクルミなどドライフルーツを入れても香ばしい。

