

# かぼちゃあん団子

歯切れの良い団子に季節のあんを添えました



## 材料（作りやすい量）

おから		60g
上新粉		10g
片栗粉		10g
水		大さじ1
<かぼちゃあん>		
かぼちゃ	.....	200g
砂糖	.....	大さじ2
豆乳	.....	小さじ1

## 作り方

- 1 かぼちゃは、皮を取り除き、2cm角程度に切る。
- 2 耐熱容器にかぼちゃを入れ、電子レンジ600Wで7分加熱する。  
フォークで滑らかになるまで潰し、砂糖、豆乳を入れてよく混ぜる。
- 3 ボウルにおから、上新粉、片栗粉、水を入れてよく混ぜる。手で一口大の団子を作る。蒸し器で7~8分程度蒸す。
- 4 蒸しあがった団子にあんをのせていただく。  
・おからの水分