

ピーナッツもち

材料 4人分

白玉粉 130g
牛乳 3/4カップ程度
バターピーナッツ 40g
砂糖 30g



- ① ピーナッツはペーパータオルの上に広げて細かく刻み、砂糖と混ぜて皿に広げておく。
- ② ボールに白玉粉を入れ、大きめの粒を砕いてから牛乳を少しずつ加え、やわらかさを見ながら耳たぶくらいの固さに練る。
- ③ ②を熱湯でゆでてざるにとり、水気が切れたら①にからめる。

一人分	たんぱく質 (g)	Ca (mg)	塩分 (g)
エネルギー (kcal)	5.7	51	0.1