

おやこでクッキング

☆材料☆

○ほうれん草…1～2株分

○白玉粉…100g

○水…大さじ8

○小麦粉…50g

○サラダ油…少々

○醤油・みりん…各大さじ1

○砂糖…小さじ1

○湯…茹でる用

おうちのひと
いっしょに
つくってみよう!



《作り方》

- ①ほうれん草をゆでて、みじん切りにし、水気をよく絞る。
- ②ボウルに白玉粉と水を入れて、生地がなめらかになるまで練り混ぜる。
- ③小麦粉を加えてさらに練り混ぜ、半分に分ける。
- ④生地の2分の1は、水を少しずつ加えて練り合わせ、耳たぶ位の堅さにする。
残りの生地にほうれん草を加えて、耳たぶ位の堅さにする。
- ⑤2種の生地をそれぞれ棒状に伸ばし、12棟分に丸める。
フライパンに湯を沸かし、だんごが浮き上がるまでゆでる。
- ⑥フライパンにふたをかぶせて、湯をきり、サラダ油を少々加えて、
転がしながらこんがりと焼きつける。醤油、みりん、砂糖を加えて
煮からめる。3つずつ竹串に刺して完成!

