

黒豆しるこ

<材料> (2人分)

黒豆 (煮汁を含む) … 100g

豆乳 …………… 100ml

水 …………… 60ml

もち …………… 2個

黒豆 (飾り用) …… 10粒



<作り方>

①黒豆 (100g)、豆乳、水をミキサーに入れて混ぜる。

※黒豆の皮が少し残るくらいでミキサーを止める。

②もちを4等分に切る。

③②を浸るくらいの水と一緒にレンジにかける。(600W2分)

④ミキサーにかけた①をレンジで1分温める。※温め過ぎないように注意する。

⑤④を器に盛り付け、③のもちを入れる。

⑥最後に黒豆を飾る。



ここが食品ロス削減ポイント!

おせち料理やお正月料理で余りがちな黒豆やもちを使用しています。



黒豆しるこをシフォンケーキと一緒に、おしゃれにカップに盛り付けて、カフェ気分を味わってみてはいかがでしょうか?