

～ あべかわ餅風 お麩きなこ～

【材 料 ＊ (1人分)】

麩 (文化麩)..... 5個
無調整豆乳 大さじ1 ～2
きなこ 小さじ2
砂糖 小さじ1
ビニール袋 1枚

【無調整豆乳&きなこ&砂糖の量はお好みで】



【作り方】

- ① ビニール袋に麩を入れ、豆乳を入れる。表面がしっとり湿るくらいがよい。豆乳の量は、麩の硬さを見ながら調整する。
- ② ①にきなこ砂糖を入れて、シャカシャカふり混ぜる。
- ③ 器に盛っても、袋のままでも、お手軽にスナック感覚のおやつができます。