

簡単!すぐできる!

給食 レシピ

5月 7日 (木)

の献立の予定でした。

フルーツポンチ



きゅうしよく だいにんき
給食で大人気のフルーツポンチを家でも作ってみ
よう!白玉団子やあんこを入れるとおいしいですよ♪

作り方

① 果物の缶詰、果物を切って缶詰の汁にあ和える。

レッツ!アレンジ! ☆白玉団子も入れよう☆

② ボウルに白玉粉と豆腐を入れてよくこねる。
固いようなら、少し水を足す。

③ 熱湯に入れてやわらかくなるまでゆでる。
水にとる。

④ 白玉団子と①をあわせる。

材料

くだもの かんづめ おうとう
・果物の缶詰 (みかん、パイン、黄桃など)

くだもの
・果物 (いちご、バナナ、キウイなど)

☆アレンジ☆

しらたまこ きぬ どうふ おな おも りょう ようい
・白玉粉、絹ごし豆腐 同じ重さの量を用意しましょう。