



# だいとう キラキラ大東

## もりやポンチ

もりやせんせい おも で きゅうしょく  
守屋先生の思い出の給食  
さいげん すず  
を再現したメニューです。涼  
なつ さいてき  
しげで夏のデザートに最適！

### レッツ♪

### クッキング



### ざいりょう にんぶん 【材料】（4人分）

すいしょうだまふう  
※水晶玉風わらびもち※

- ・ わらびもち粉…………… 100 g ぐらむ
- ・ 砂糖…………… 100 g ぐらむ
- ・ 水…………… 400 g ぐらむ
- ・ お好みのフルーツ缶… 3 缶 この かん かん

### つく かた 【作り方】

- ①鍋にわらびもち粉を入れ、少量の水でよく溶かす。
- ②①に砂糖を加え、均一になるように混ぜる。
- ③残りの水を②に加えて、よく溶かす。
- ④③を火にかけ、絶えず混ぜながら透明になるまでよく火を通す。
- ⑤ボールに④を入れ、冷水を入れて冷やす。
- ⑥固まったら、ひと口大にちぎり、よく冷やしたフルーツ缶に加えて、完成。

### えいようか ぶん 栄養価（ひとり分）

エネルギー：78キロカロリー

たんぱく質：0.3グラム

脂肪：なし

塩分：なし