

ごはんでもいたらし団子

15分



ごはんでおやつ!

みたらしあんをかけた焼きおにぎりです。



お月見の季節におすすめ!

作り方

- ① 炊いたごはんを好きな形にする。
- ② ①にごま油をぬり、トースター又はフライパンで軽く焼く。
(ごま油を塗らず、焼かなくても美味しく食べられます!)
- ③ 小鍋に★の材料を入れて混ぜておく。
- ④ ③を混ぜながら弱火で加熱し、とろみがついて透き通ってきたら火を止める。
- ⑤ ②を皿に盛りつけて④をかける。

材料

作りやすい分量

炊いたごはん	150g
ごま油	小さじ1
★砂糖	小さじ1
★しょうゆ	小さじ1
★みりん	小さじ1
★片栗粉	小1/2
★水	大さじ1



社会福祉法人
聖隷福祉事業団
Seirei Social Welfare Community