

おいしい学校給食 ~人気メニューのご紹介~

白玉ぜんざい

材料（4人分）

小豆	150g
砂糖	130 ~150g
塩	ひとつまみ
白玉粉	100g
水	90 ~100cc

作り方

（あん）

1. 小豆は水で洗ってざるにあける。
2. 鍋に小豆と水を加え火にかける。沸騰して5分くらい経ったらざるにあけて、茹で汁を捨てる。（茹でこぼす）
3. 再び小豆を鍋に入れ水（小豆の3倍）を入れ火にかける。沸騰したら弱火にし、常に小豆が湯から出ないように差し水を入れる。
（灰汁はすくう）
4. 小豆がつぶれる位になったら砂糖と塩を加えます。とろっとするまで煮ます。（焦がさないように注意します）



（白玉）

1. ボウルに白玉粉を入れ、少しずつ水を加え練る。（耳たぶ位の硬さ）
2. 細くのばし、20等分にし手で丸める。
3. 沸騰した湯でゆでる。浮いてきたらあんに入れる。