

私がすすめる地産地消

☆取り入れた地域の食材☆

米粉、抹茶

☆その食材を取り入れた理由☆

村上といえばお茶！

☆メニュー☆

とろとろ米粉抹茶プリン

～とろとろの食感がたまりません～

☆分量・作り方☆

米粉 25 g、抹茶 5 g、砂糖 25 g、
豆乳 300CC、黒糖シロップ 適量

- ①米粉・抹茶・砂糖を混ぜる
- ②①に少しずつ豆乳を入れ、混ぜる
- ③②をこして、鍋で弱火にかけて煮る
(ポタージュくらいのとろみができるまで)
- ④冷蔵庫で冷やす
- ⑤固まったら黒糖シロップを好みでかける



☆課題をやって感じたこと・考えたこと☆

米粉で料理を考えるのは難しかったです。米粉だと固まらないかと思ったけど、案外固まり、とろとろの抹茶プリンができました。抹茶味だけでなく、チョコレート味なども作ってみたいです。簡単なのに美味しくできてよかったです。

☆おうちの人から一言☆

とろとろの食感がたまりません。

<記入者> ○をつけて下さい。父 ・ 母 ・ 祖母 ・ 祖父 その他 (姉)