

春の香りレシピ

手作りよもぎだんご



2023年4月17日(月)の献立

- ・牛乳
- ・豚丼
- ・小松菜のみそ汁
- ・手作りよもぎだんご



☆ 材料(4人分)

・よもぎ粉	小さじ2/3
・白玉粉	20g
A ・だんご粉	60g
・さとう	少々
・塩	少々
・水	80g
・きなこ	20g
B ・さとう	20g
・塩	少々

☆ 作り方

- ① Bを合わせておく。
- ② Aを合わせたところに水を入れて、耳たぶくらいのかたさにこねる。
- ③ 一口大のだんごにする。
- ④ 沸騰したお湯の中に③を入れてゆがく。
- ⑤ だんごが浮き上がってきたら水にとり、水気を切って①をまぶす。

栄養価(1人分)

☆エネルギー 114kcal ☆たんぱく質 3.1g ☆食塩相当量 0.1g



☆ ぎょくろマンからのひとこと

独特的の香りをもつよもぎの若葉は草餅の材料になることから「モチグサ」ともいいます。給食ではよもぎ粉を使い、おだんごにして提供しています。この季節ならではの甘味をお試しください。