

カボチャの甘納豆入りようかん



材 料

(15cm×15cmの流し缶
1台分)

カボチャ	… 500g
粉寒天	… 4g
水	… 100cc
砂糖	… 200g
甘納豆	… 80g

作 り 方

- 1) カボチャは皮をむいて中のわたをきれいに取り、少し小さめに乱切りにして蒸し器で蒸す。
- 2) カボチャに竹串がスッと通るようになったら蒸し器から取り出し、熱いうちにマッシャーでよくつぶす。
- 3) 鍋に分量の水（カボチャが水分を多く含んでいる場合は、水の量を減らす）と粉寒天を入れ、混ぜながら火にかける。煮立ったら火を弱め、砂糖を加えて寒天と砂糖を煮溶かす。
- 4) ③が熱いうちに②を入れて混ぜ合わせ、水で濡らした流し型に流し入れる
- 5) ④の表面を平らにして甘納豆をちらし、冷蔵庫でよく冷やす。ようかんが固まれば型から取り出し、好みの形に切り分ける。



甲賀のお茶と一緒にどうぞ♪



JAこうか
旬のレシピ集

<http://ja-kouka.shinobi.or.jp/food/recipe/>

他のレシピはこちら!!

