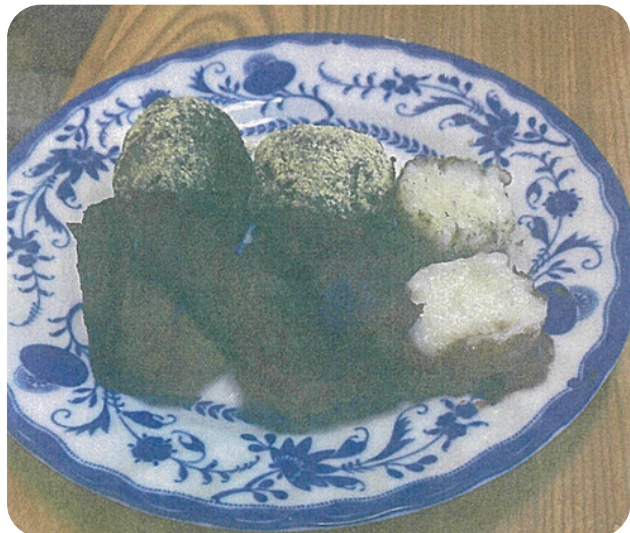


# 家族も納得もち麦団子（こしあん、きなこ）

## 使用した指定食材

### もち麦



## 材料

(4人分)

- もち麦 40g
- 白玉粉 80g
- べこもち粉 100g  
(なければ白玉粉10g 上新粉90g)
- 絹豆腐 60g
- こしあん 300g
- 黒千石きなこ 適量
- 黒みつ 適量
- お湯 120g

## 作り方

調理時間 50分

1. もち麦を熱湯で20分茹で、水気を切る。
2. こしあんに水を加え、10分ほど火にかけて練り、冷ます。
3. ボウルに白玉粉ともち米粉、お湯、絹豆腐を混ぜ、ひとまとまりになったら茹でたもち麦を加えて混ぜる。
4. 団子生地を30gずつ丸め、熱湯で茹で、浮き上がってから少し長めに茹で、冷水で冷やして水気を切る。
5. 冷えた団子をあん、またはきなこ黒みつ（2度づけ）でコーティングし、盛り付ける。