

今月の食材
甘酒

ホットあずき甘酒

材 料 (2人分)

- ・麴甘酒 ……130cc
- ・市販の粒あん ……大さじ4
- ・塩 ……小さじ1/4
- ・黒すりごま ……小さじ1



作り方 (調理時間 約5分)

- ①小鍋に甘酒と粒あん(大さじ3)、塩を入れて弱火でゆっくり温める。
- ②ひと煮立ちさせたら火を止めて、耐熱カップに注ぎ入れる。
残りの粒あん(大さじ1)と黒すりごまをトッピングして完成。

ホッと落ち着く優しい味、身体も喜ぶ飲む和スイーツ