

女性部が教えます!

米粉でつくろう かんたん レシピ集

米粉のお買い求めは
お近くのAコープ各店や
農産物直売所
「みどりの里山居館」へ



チョコチュロス (吹浦支部)



■作り方

- ①牛乳とバターを鍋に入れ、火にかけて沸騰させます。
- ②バターが溶けたら弱火にし、米粉を入れ木べらで生地がまとまるまでしっかり混ぜます。
- ③鍋を火から下ろし、溶き卵を2～3回に分けて加えて生地が1つにまとまるまで練ります。
- ④③を星型の口金をつけた絞り袋に入れます。
- ⑤油を170℃に熱し、生地を10cmくらいずつ絞り出して揚げます。
- ⑥泡があまり出なくなったら取り出し、油を切ります。
- ⑦溶かしチョコレートやアラザン、グラニュー糖などで飾って完成です。

■材料

米粉…………… 50g
砂糖…………… 大さじ1
牛乳…………… 60cc
卵…………… 3/4個

バター…………… 大さじ1
揚げ油…………… 200cc
チョコレート、アラザン、グラニュー糖など …… 適量

レシピのバックナンバーは当JAホームページでご覧いただけます。