

## 甘酸っぱさがクセになる！いちご大福♪



### 材料（8個分）

白あん・・・160グラム（20グラム×8）

白玉粉・・・100グラム

水・・・160cc

片栗粉・・・適宜

砂糖・・・70グラム

いちご・・・8個（中粒）

～準備～

◆いちごはへたを取り、ぬらしたキッチンペーパーで表面のよごれを取る。

（洗わないでね！）

◆白あんは、20グラム×8個に丸めておく。

### 作り方

- ① 耐熱容器に白玉粉を入れ、水を少しずつ加え、ダマにならないように木べらでよく混ぜる。
- ② ①に砂糖を加え、よく混ぜる。（ここではドロドロの状態）
- ③ ②にラップをし、電子レンジの「強」で3分加熱し、一度取り出す。木べらで練り混ぜ、再びラップをして、3分加熱する。全体が透き通った色になれば良い。

※もし乳白色の部分が残っていたら、木べらで混ぜ、さらに1分間加熱する。

- ④ ③を電子レンジから取り出し、木べらをぬらしながら、よく練る。
- ⑤ いちごを白あんて包む。
- ⑥ 練りあがった④の餅に片栗粉をふり、8等分にする。  
この時、手のひらに片栗粉をつけながら作業するとやりやすい。
- ⑦ ⑤の白あんて包んだいちごを、餅で包み、形よく丸めたら完成！

※このレシピは、新潟市食生活改善推進委員協議会江南支部よりご提供いただいたものです。