



## 寒天もちのごまぜんざい

コクのあるごまぜんざいに  
ヘルシーな寒天もち  
冷やしても美味しい！



### ●おいしく作るポイント●



#### POINT 1

とろみが出て底が見えるようになるまで、焦がさないよう気をつけながら混ぜます



#### POINT 2

ラップを敷いておくと、寒天もちを取り出しやすくなります

### 〈材料 (2人分)〉

- 粉寒天 4g
- 片栗粉 大さじ1
- 豆乳 200ml
- ゆであずき 200g
- 練りごま (黒) 大さじ1
- 砂糖 小さじ1
- 水 150ml
- 塩 ひとつまみ
- 栗の甘露煮 2個
- いらごま (白) 少々

### 〈作り方〉

1. 鍋に粉寒天、片栗粉、豆乳を入れて混ぜる。火にかけてとろみが出てきたら弱火で2分加熱する (Point1)
2. ラップを敷いたバットに1を流し入れて常温で固める (Point2)
3. 鍋にゆであずき、練りごま (黒)、砂糖、水、塩を加えて弱火で5分ほど煮込む
4. 固まった2を取り出して4等分にカットする。器に3を注いだ後、カットした2、栗の甘露煮、いらごま (白) を添える