



おうちでつくろう！

No.3

パピーナ西荻北保育園

今回は鹿児島県の郷土料理です。材料もシンプルで、分量もお好みによって調整できます。ちょっと懐かしい味、ぜひ作ってみてください。

「かぼちゃもち」

《材料》8個～10個

かぼちゃ 1/4個

(皮と種を取って300～350g位)

だんご粉 80～90g

砂糖 50g

揚げ油 適量

鹿児島県ではもち粉で作ることが多いですが、今回はだんご粉で作っています。さつまいもで作ってもおいしくいただけます。少量の油で揚げ焼きにしてもOK! たくさん作ったら、冷凍保存もできますよ!



【作り方】

①かぼちゃを適当な大きさに切り、電子レンジで500W 4分～5分。茹でてでもいいですが柔らかくなりすぎないように!



②電子レンジから出したらかぼちゃをつぶし、だんご粉と砂糖を入れます。(熱いので注意!)



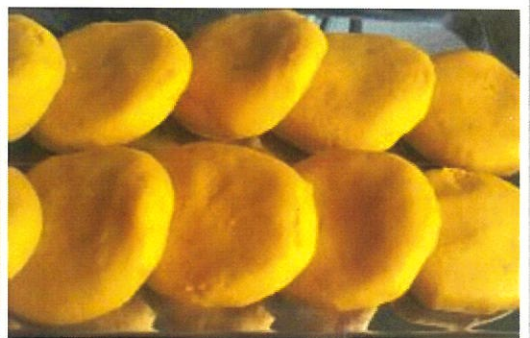
③よく混ぜて耳たぶ位のかたさになればOK! お好みの大きさで作ってください。柔らかすぎる場合は粉を足して、かたすぎる場合は少量のお水を足して調整しましょう。



よくまぜる!



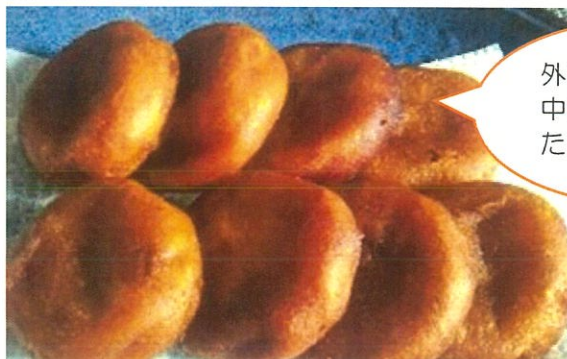
耳たぶ位!



④170℃くらいの油で揚げましょう。焦げやすいので注意!



⑤きつね色になったら出来上がり!



外はカリッと、中はもちっとした食感です!

