

～よもぎ団子～



材 料	分 量 (幼児)		作 り 方
	1 人分 (約 5 個)	10 人分 (約 50 個)	
よもぎ	5 g	50 g	① よもぎは、たっぷりの湯に重曹を入れ、やわらかくなるまで茹でる。水にさらして一晩おく。 ※よもぎは、上の方の柔らかい芽を摘み取る。 ② よもぎの水気をしっかりと取り、包丁で細かく刻む。 ◎フードプロセッサーを使用してもよい。 ③ 白玉粉は細かく砕き、水を加えて混ぜ、ドロドロの状態にする。上新粉はお湯を加えて、少し硬めにこね、白玉粉を加えて、さらによくこねる。そこに、よもぎを加え、こねる。 ※水の量は、生地の硬さによって適宜調節する。 ◎ボールに上新粉と白玉粉を合わせ、均一になるようにひと混ぜし、ぬるま湯を加え、こねてもよい。 ④ 生地を 1 口大に丸め、真ん中を少しつぶす。 ⑤ 鍋にお湯をわかし、沸騰したら、④を少しずつ入れながら茹でる。 ⑥ 団子に火が通り、浮いてきたら、水をはったボールに入れて冷まし、ザルにとって、水気をきる。 ⑦ きなこ、砂糖、食塩を混ぜて、⑥につける。
上新粉	20 g	200 g	
熱湯	適宜	適宜	
白玉粉	8 g	80 g	
水	10~12ml	100~120ml	
〈和え衣〉			
きな粉	3 g	大さじ3	
砂糖	3 g	大さじ3	
食塩	0.1 g	ひとつまみ	



団子を食べるときは、大人が近くで見守っていて！！
 のどに詰まらせないためにも、よくかみつぶしてから
 飲み込もうね！

