



子育て
応援

親子でつくろう! ～ ひんやりなめらか白玉団子 ～

豆腐入り

暑い夏に向けて、ひんやり冷たい白玉団子を、親子で作ってみませんか。
豆腐を入れることで冷やしても硬くならずなめらかなので、お子さんにも食べやすいです。ポリ袋を使って混ぜ合わせるので、材料がこぼれにくく気軽に挑戦できます。きなこをかけたり、イチゴソースをかけたりといろいろな味が楽しめます。

レシピ

材料 親指大のお団子が 30～40個分
A 白玉粉：130g B 絹ごし豆腐：150g(水を切らないで使用)

作り方

- ① AとBをポリ袋に入れてなめらかになるまで混ぜ合わせる。



- ② 小さく分けて、まるめる。



- ③ 鍋に湯を沸かし、②を入れ、浮いてきたらそのまま3分ほどゆでる。



- ④ お玉ですくい冷水に入れて冷やす。水気を切って器に盛りお好みできなこや黒みつ、イチゴソースをかけて召し上がれ。



アレンジ編

ほぺたんのフルーツ白玉ポンチ

- ① レシピの作り方②の時に、食紅(またはイチゴパウダー)を混ぜたものと、ココアパウダーを混ぜたものを小さく作る(ピンク=ほっぺ・茶色=髪の毛)。
- ② 丸めた白玉にほっぺと髪の毛を付ける。目・鼻・口はココアパウダーを数滴の水で伸ばしたものをつまようじの先につけて書く。
- ③ 鍋に湯を沸かし、②を入れ、浮いてきたらそのまま3分ほどゆでて冷水で冷やす。
- ④ フルーツ缶詰を容器に移しかえ③を浮かべる。



子育て・あるある話 大募集!!!

子育て中のエピソードや、お子さんと過ごす日々のシーンを教えてください。子どもならではののおもしろ発言や、家族のなかで起きたささやかな事件など。くすっと笑える話やこんな時これで乗り切ったなどのエピソードを、お待ちしております。複数の応募も大歓迎!

応募方法 二次元コードから応募

投稿はこちらから▶



注意事項 ●1回の応募につき、一つのエピソードをお願いします。

●応募いただいたエピソードは、インフォメーション等の広報紙で紹介させていただきます。ペンネーム可。ペンネームがない場合はイニシャルを掲載します。

●掲載の有無にかかわらず、個別に連絡はいたしません。ご了承ください。また、内容を著しく損なわない範囲で編集をさせていただきます場合があります。

●他の企画に応募されていないものに限りです。

締め切り 6月30日(金)17時

子育てひろばのボランティアスタッフを募集しています。

詳しくは、こちらから▶



問い合わせ

コープみらい千葉県本部 参加とネットワーク推進部 TEL 0120-925-036 9時～17時(土・日・祝日休み)