

コムスク わいわいクッキングレシピ フルーツ大福 (いちご)

2003.6.28 開催より

2003年に開催したときは、サクランボの季節だったのでサクランボでしたが、今はおいしいいちごの季節！いちごで作ってみましょう。

白あんで作るのとってもおいしいですが、手に入りにくい時は、こしあんでも粒あんでも好きなあんこで作ってみましょう。



だいふく

フルーツ大福 (いちご)

材 料		6人分(12個)	7人分(14個)
おもち	白玉粉	120g	140g
	さとう	90g	105g
	水	180cc	210cc
	片栗粉	適量	適量
中身	いちご	12個	14個
	白あん	150g	175g

1. いちごは水で良く洗う (サクランボの時は、種をとります)
2. しろあんは12~14等分する
3. いちごをしろあんでつつんで丸めておく
4. 耐熱のボウルに白玉粉、さとう、水を入れて良く混ぜる
5. ①にラップをして電子レンジで2分チン!
6. ⑤をレンジから取り出して木ベラで混ぜて再びラップをして電子レンジで2分チン!
7. ⑥をレンジから取り出して木ベラです早く良く混ぜてラップをして電子レンジで3分チン!
8. ⑦を片栗粉の上に取り出して、べたつかない様に軽く片栗粉をまぶしながら12~14等分する(ヘラか包丁で切るように分けるとしやすいです)
9. ③を⑧で包むとフルーツ大福のできあがり!