

もちもち小松菜ドーナツ



材料・・・1人分

絹ごし豆腐	18g	たまご	5.4g	小麦粉	15g	油	1.5g
白玉粉	6g	さとう	6g	ベーキングパウダー	0.9g	粉糖	1.5g
		小松菜	10g				
		調理乳	2.6g				

作り方

- ① 豆腐と白玉粉を混ぜる。
(白玉粉の塊をつぶす)
- ② 小松菜を牛乳でミキサーに
かける。
- ③ さとう・小麦粉・ベーキングパウダーを
ふるう。
- ④ ①に②を加え混ぜる。
- ⑤ ④に③を少しずつ加え練る。
- ⑥ 溶いたたまごを少しずつ加え練る。
- ⑦ 生地がやわらかいので、
サーターアンダギーのように
手で丸めながら油に落とす。

一口メモ

普段は「あえもの」や「汁もの」として登場することが多い小松菜を、「いつもとは少し違うかたちで出してみよう！」と考えて作りました。パスタはサーモンとにんじんの「だいたい色」と小松菜の「みどり色」で彩りのよい、きれいなパスタになりました。

小松菜ドーナツは子どもにも大人にも人気で、皆とてもよく食べていました。改めて、子どもたちが小松菜農家さんに感謝の気持ちをもつよい機会になりました。

