



柏市立保育園給食レシピ



もちもちかぼちゃ

☆分量目安☆

大人2人 子ども2人

材料名	使用量	切り方等
かぼちゃ	150g	皮をむいて、大きめに切る
砂糖	8g	
粉チーズ	12g	
上新粉	9g	
片栗粉	36g	
牛乳又は豆乳	60g	

】 A

《作り方》

- ① かぼちゃは皮をむき、スプーンでつぶせる程度のかたさに茹でる。
- ② ①をボウルに入れ、マッシャーでつぶす。
- ③ ②に砂糖を加え、よく混ぜる。
- ④ ③にⒶ（粉チーズ、上新粉、片栗粉）を加えてさらに混ぜる。
- ⑤ 牛乳を2～3回に分けて加える。
(牛乳でかたさを調整する。足りない場合は追加する。)
- ⑥ 天板にオーブンシート敷き、スプーンで1つずつ落としていく。
180℃に予熱したオーブンで15分程度焼く。

～アドバイス～

生地の状態は、スプーンでくっついて生地が流れない程度の柔らかさが目安です。
柔らかすぎると生地がまとまらず、流れてしまします。

