



# 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	1 5 0 g	皮をむいて、大きめに切る
砂糖	8 g	
粉チーズ	1 2 g	①
上新粉	9 g	
片栗粉	3 6 g	
牛乳又は豆乳	6 0 g	

### 《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①（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、スプーンですくっ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、流れてしまいます。

