

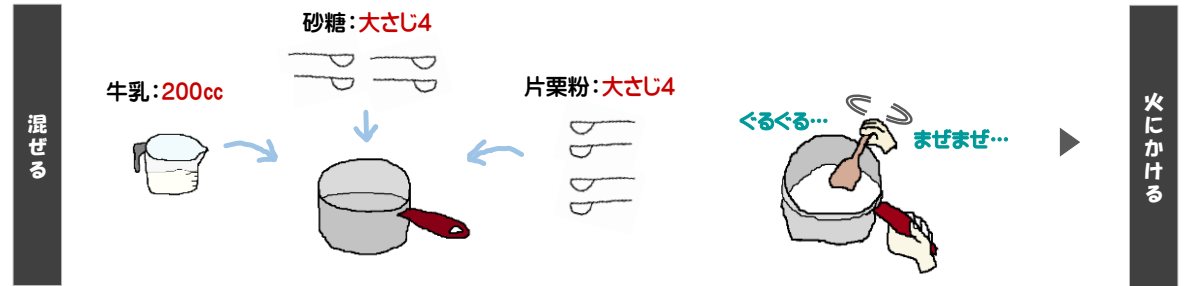
# ミルクくずもち

## 作り方

### 材料（4人分）

<input type="checkbox"/> 牛乳	200cc	
<input type="checkbox"/> 砂糖	大さじ4 (36g)	
<input type="checkbox"/> 片栗粉	大さじ4 (36g)	
<input type="checkbox"/> きな粉	大さじ2 (24g)	

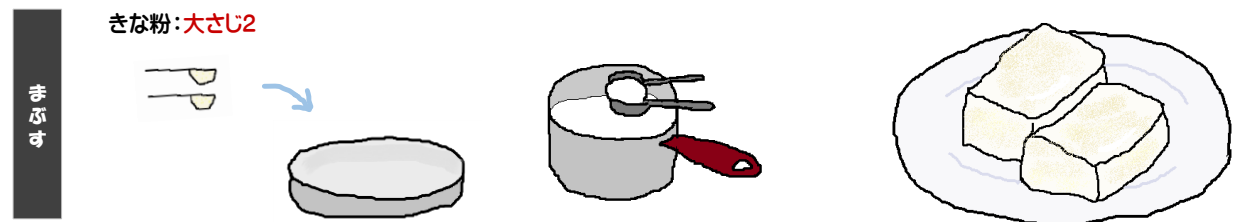
① 鍋に牛乳・砂糖・片栗粉を入れ、木べらで混ぜながら火にかける。



② とろみが出てきたら弱火にし、ねっとりするまで混ぜ、火からおろして粗熱をとる。



③ 皿にきな粉を入れ、②をスプーンですくって落とし、きな粉をまぶす。



### 栄養価（1人あたり）

エネルギー：124kcal  
たんぱく質：3.6g  
脂 質：3.3g  
炭水化物：19.4g  
食塩相当量：0.1g