

献立名：抹茶フリン

<できあがり図>

<材料> (5人分)

たまご	2個
牛乳	250cc
さとう	45g
抹茶	小さじ1
熱湯	大さじ1

<用意する道具>

ボウル・泡立て器・たまじゃくし・ざる・蒸し器・湯飲み茶わん(人数分)・さら(人数分)・スプーン(人数分)・なべ・小さじ・大さじ

<作り方>

- ①蒸し器で湯を沸かしておく。(上段ははずしておく)
- ②抹茶に熱湯入れてよく溶かし、冷ます。
- ③ボウルに卵を入れて割りほぐし、②の抹茶を入れる。
- ④なべに牛乳とさとうを入れ、弱火にかけてさとうをとかし、ふっとう前に火を止める。
- ⑤④を③のたまご液に少しずつ加え、ざるでこす。
- ⑥湯飲み茶碗に分けて入れ、湯気の立った蒸し器で15分ほど弱火で蒸す。
- ⑦竹串などを刺して透明な液になったら火を止め、少し冷ましてさらに出す。

<気をつけることやポイントなど>