



かぼちゃのチーズボール (2~5才頃)

~チーズがのびる! お子さんが大好きな味です~

【材料】 20個分

かぼちゃ(皮無し)	75g
枝豆	20g
チーズ	50g
牛乳	120ml
白玉粉	100g
薄力粉	50g
砂糖	20g
塩	2g
サラダ油	適量
打ち粉 (片栗粉)	適量

A {



チーズはさけるタイプのものがおすすめです♪

【作り方】

- 1 茹でた枝豆はさやから取り出し、チーズは20個に切り分ける(※さけるタイプの場合)。
- 2 かぼちゃは蒸して皮を取り、なめらかになるまですり潰す。
- 3 牛乳と白玉粉をボウルに入れ、粒が無くなるまで混ぜ合わせる。
- 4 ボウルにAを入れ、生地をまとめる。
- 5 打ち粉 (片栗粉)を手に付け、生地をかぼちゃ、枝豆、チーズを包み丸める。
- 6 鍋に3cm程度の油を入れ、180°Cできつね色になるまで揚げる。



もっちりした生地で、噛む練習ができます。
冷凍かぼちゃ(市販品)を使うとお手軽です。
揚げる前のものを冷凍保存できるので
おやつにもぴったり!

