

+
○ ●

全てのの人に健康と福祉を

2年5組1番



SDGsとは

Sustainable

Development

Goals



☆持続可能な開発目標☆

簡単に作れる健康食 牛乳もち

材料 2人分

- ・ 片栗粉 30g
- ・ 砂糖 大さじ2
- ・ 明治おいしい牛乳 200ml
- ・ ゆであずき（缶） 適宜
- ・ 黒ごま 適宜
- ・ きな粉 適宜
- ・ セルフィーユ(あれば) 適宜

STEP 1

鍋に片栗粉、砂糖を入れてよく混ぜる。牛乳を入れて更に混ぜ、木べらで絶えずかき混ぜながら中火で火を通す。



STEP 2

ねっとりとしてきたら、火からおろして2等分に、水を張ったボウルに落とす。



STEP 3

形がまとまれば水気をきり、器に入れ、お好みでゆであずき、黒ごま、きな粉をかける。仕上げにセルフィーユをのせる。

完成☆

