

# 食品ロスをなくそう 使いきりレシピ

～ 牛乳わらびもち ジャム入り ～

余りがちな食材を使って



## ■レシピの紹介

あまりやすいジャムや片栗粉を使った簡単おやつ

## ■ポイント

あまりやすいジャムや片栗粉を使って簡単に作れます。ジャムを入れず牛乳を水にして、きな粉を用意して作るとわらび餅の様になにもなります。

ジャムや牛乳を別の材料に変えるだけで、色々とアレンジがききます。今回は、ブルベリージャムを使用しましたが、冷蔵庫にあるジャムをご自由に使ってください。

## ■材料 1人分

片栗粉	大さじ1
ジャム（適宜）	大さじ1
砂糖	大さじ1
牛乳	100 cc

## ■作り方

- ① 鍋に、全ての材料を入れ、だまになにならない様によく混ぜる。
- ② 混ぜたものを弱火にかける。  
粘り気がでるまでしっかり加熱し、スプーンですくい、水を張ったボールの中に入れる。
- ③ ざるなどで水気を切った後、盛り付ける。