

## かぼちゃあんで福もち ~やわらか福もちアレンジレシピ~



## ■材料(1人分)

かぼちゃ(皮なし)	40g	バター	1g
砂糖	2g	やわらか福もち	30g
練乳	3g		

## ■作り方

- ① かぼちゃは茹でて、熱いうちにつぶす。
- ② ①に砂糖、練乳、バターを混ぜる。(かぼちゃが冷めていてバターが溶けにくい場合は、電子レンジで少し加熱する。)
- ③ やわらか福もちは、6mm幅に切って茹でる。
- ④ ②、③を器に盛り付ける。

## ！ご注意！

召し上がる方の状態を十分確認してからご提供するようにご注意ください。

## 栄養成分値(1人分)

エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)
110	1.8	1.4	22.8
ナトリウム (mg)	カリウム (mg)	リン (mg)	食塩相当量 (g)
13	194	31	0

日本食品標準成分表2010で計算

## ■使用商品



やわらか福もち