

もちと豆乳のプリン風 ～ “やわらか福もちを使ったレシピ” ～



■材料(1人分)

やわらか福もち	30g
砂糖	6g
薄力粉	5g
卵	15g
調整豆乳	50g
ラム酒	2g
バター	0.5g

■作り方

- ① やわらか福もちは、3cm長さの縦十文字に切る。
- ② ボウルに砂糖、薄力粉、卵を入れて泡立て器でよく混ぜる。
- ③ ②に豆乳、ラム酒を加え、混ぜ合わせる。
- ④ 耐熱容器にバターを塗り、①を入れ、③を流し入れたらオーブントースターで生地が膨らむまで、10～15分程度焼く。

！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)
153	4.6	4.0	23.1
ナトリウム (mg)	カリウム (mg)	リン (mg)	食塩相当量 (g)
51	112	60	0.1

日本食品標準成分表2010で計算

■使用商品



やわらか福もち