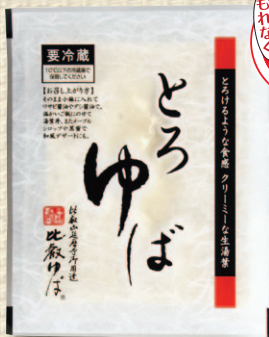


伝えていきなり! 伝統食材を使って

第72回 とろゆばのきなこあずき

ゆばの製法は、約1200年前に比叡山延暦寺開祖 伝教大師最澄によって日本に初めて伝えられたといわれています。豆乳を温め、ゆるく固まりかけたところをいただく「とろゆば」は大豆の栄養がギュッと凝縮され、とろっとクリーミーな味わいが楽しめます。



もれなく
10
ポイント

1090 冷蔵 次回5月3日

比叡ゆば本舗ゆば八

とろゆば

180g

原料：遺伝子組換えでない

スプーンですくえるくらい柔らかい生ゆばです。そのままわさび醤油でどうぞ。

(158kcal/1パック)

賞味期間：61日

本体 **600**円
(税込 648円)

《材料》(2人分)

1090 とろゆば …………… 120g
くるみ …………… 10g
ゆであずき …………… 大さじ4
きな粉 …………… 大さじ2
726 **co-op** 100%メイプルシロップ
…………… 好みで適量

《作り方》

- ① くるみは粗く砕き、弱火のフライパンで空炒りするか、オーブントースターでこんがり焼いて冷ましておく。
- ② 器にとろゆばを入れて①のくるみを散らす。ゆであずきときな粉をのせて好みでメイプルシロップをかける。

とろゆばとあずきの
やさしい味わいの
スイーツです。

