

料理名 お麩トリュフ

材 料	分 量 (4人分)	つ くり 方
お麩 水または牛乳 ココア 砂糖（お好みで） ビニール袋	適量 大さじ5～6 適量 適量 2枚	① お麩を水または牛乳に30秒ほど漬ける。サクッとした食感が好きな方は短め。ビニール袋でOK。 ② ココアと砂糖をビニール袋に入れてふる。 ③ 水気を少し切ったお麩を②に入れてふる。



※コンロの使用時間【 0 】分

※ 工夫した点

- 災害の時にあまり甘いものを食べることができないと思ったから、長期間保存できるお麩にしました。
- 火を使わずに出来るので簡単です。