

つるんとおいしい！デザートのお宝箱

フルーツ白玉



元気応援宣言！！

49

町生活改善推進協議会だより



《作り方》

- ①ボウルに白玉粉を入れ、分量の水を加え2色の生地を作る。※食紅はあらかじめ分量の水に溶かしておく。
- ②ひと口大に丸め、真ん中を少しつぶす。
- ③お湯を沸かしゆでる。浮いてきてから30秒ほどゆで、冷水にとって冷ます。
- ④小鍋に砂糖と分量の水を入れて煮立たせ、砂糖を溶かす。粗熱をとり、冷蔵庫で1時間冷やす。
- ⑤キウイフルーツは皮をむき、オレンジは房から出し、ともにひと口大に切る。
- ⑥器に白玉と果物を盛り、シロップを注ぐ。

デザートに子どもと一緒に作ってみては♪



《材料（4人分）》

砂糖	120 g	：
水	400ml	：
キウイフルーツ	1 個	：

オレンジ	1 個	：
【A】		：
白玉粉	130 g	：
水	120ml	：

【B】

白玉粉	70 g	：
水	65ml	：
食紅	少々	：

《1人分》エネルギー（312kcal）、タンパク質（3.4g）、脂質（0.5g）、カルシウム（10mg）、食塩（0g）

お盆明けに東京杉並第一小学校から5人の小学生が根雨駅に降り立ちました。その中の一人は春に続いて二度目の来町。ようこそ日野町へ。恒例のお出迎え。対面式が終わると民俗資料館、板井原川、観察小屋、舟場のお宿へと楽しい初日が始まりました。

古民家「沙々樹」での3泊4日は、普段味わえない異空間。お

世話下さった佐々木幹夫先生ご兄弟様、ありがとうございました。そのほか、大山登山、町内見学、トマトやブルーベリーの収穫などたくさんさんの体験をお土産に無事帰京。かわって下さったすべての皆さま、ありがとうございました。

「秋にドラングリ送ります」とオシドリ天使は微笑んでいます。また会えるといいね。ありがとうございます。

【連絡先】オシドリグループ事務局 森田（電話72-0271）



あのね。ないしょだよ。ボク、水虫。
【撮影者】久下宏司さん（姫路市）

オシドリ
にゆす
VOL.225
オシドリ天使来町

