

手動

フルーツ大福



作りかた

1. 水にくぐらせたもち1切れ(約50g)を、片栗粉を敷いた皿にのせる。
2. ①をテーブルプレートの中央に置き **レンジ 600W 約1分** で加熱し、ふくらんだもちの上にひとくち大に丸めたあんとお好みのフルーツ(いちご・甘栗など)をのせて包み込む。

手動

レンジ

600W
加熱：約1分

使用付属品



テーブルプレート
底面

カロリー

166kcal

塩分

0g

※カロリーと塩分は1人分または1回に作れる分量の値です。
このレシピはMRO-W10A対応レシピです。

材料	1個分
もち	1切れ(約50g)
片栗粉	少々
あん	ひとくち大
いちご、甘栗などのフルーツ	1個