



生芋蒟蒻



Point

・かき混ぜるときはよくかき混ぜた方がプリっとした弾けるような弾力ができます。少ないと歯切れが悪くなります。

・炭酸ナトリウムを入れたあとは素早く！（固まらないおそれがあります。）



材料（作りやすい分量）

蒟蒻芋	1Kg
ぬるま湯	3ℓ
炭酸ナトリウム	25g

作り方

- ① こんにゃくをよく洗う。
- ② 5等分位に切り、茹でる。（竹串がスッと通るくらいまで）
- ③ 茹で上がると皮をむく。
- ④ ぬるま湯と③を入れ、ミキサーにかける。
- ⑤ ボウルに移し、よくかき混ぜる。
- ⑥ その後1時間放置する。
- ⑦ 炭酸ナトリウムを150mlのお湯で溶き、一気にかき混ぜる。
- ⑧ 丸く丸めて、沸騰している湯に放ち、茹でる。
- ⑨ 30分ぐらい茹でて、出来上がり。
※1週間を目安に食べきりましょう。