



## ～優しい甘み～ かぼちゃのきんとん

あんのおかげで飲み込み  
やすくなっています☆

### 材料（2人分）

A {  
・ 砂糖  
・ 薄口醤油  
・ みりん

B {  
・ 水  
・ 砂糖  
・ 片栗粉  
・ 濃口醤油

### 作り方

- ① かぼちゃの皮はきれいにとり、一口大に切ります。
- ② ①を鍋に入れて、浸るくらいの水（分量外）を加え、Aを入れて煮ます。
- ③ ②が柔らかくなったら水気を飛ばしてマッシュし、ラップにくるんで形を整えます。
- ④ Bを火にかけるとろみあんを作り、ラップをのけた③にかけてれば完成です。