



## 材料（3～4人前）

冬瓜 約550g

生姜 適量

(A)

水 500cc

京のしろだし 50ml

塩 1g

(B)

くず粉 10g

水 大さじ1

## 冷製冬瓜の葛ひき

みずみずしく、とろっとした食感が特徴の「冬瓜」  
食欲が落ちる夏や、少し体調がよくない時期に大変  
おすすめです！

調理方法に悩まれる方も多いかとは思いますが、実は  
意外と簡単なんです。

## 作り方

- 1 種とワタを除き、食べやすい大きさに切る。  
皮は薄めに剥く。（淡い緑色を少し残すと綺麗）
- 2 鍋に冬瓜とAを入れ、中火にかける。  
蓋をせずに約25分コトコト煮る。
- 3 冬瓜に透明感が出て柔らかくなったなら水溶きくず粉  
とBを混ぜながら加え、くずが透明になりとろみがつ  
いたら冷蔵庫で冷やしてできあがり。  
お好みで生姜のすりおろしを添えてお召し上がりく  
ださい。  
\* 温かいまま食べても美味しい

## このレシピで使った商品



京のしろだし