



おうちで作ってみよう!



パスタあられ

よく噛んで食べる
かみかみおやつです!

<材料> 4人分くらい

マカロニ	60g
米粉	大さじ1と1/2
揚げ油	適宜
塩	2つまみ
青のり	適宜

- ① パスタを茹で、水で冷やし、ざるにあけます。
- ② 上新粉をまぶします。全体がきつね色になり、パリッとするまで揚げます。
- ③ 塩・青のりと混ぜます。

☆米粉をまぶして揚げると、油があまり汚れずにパリパリになります。
米粉がなければ小麦粉でも大丈夫です。

たのしい おうち時間になりますように ♡