

## ライスペーパーで黒糖タピオカミルクティー



🕒 調理時間：20分    🍲 調理法：お鍋 🔥 カロリー：193kcal    🧂 塩分：0.4g

ライスペーパーで時短！もちもちのタピオカを作しましょう。黒糖のこっくりとした味わいがポイントです。  
これから寒くなる時期に、豆花のような温かいスイーツと合わせても、美味しくいただけます♪

【中国料理研究家 三村佳代先生のレシピ】  
タピオカミルクティーというと、お店で飲むものというイメージがあります。おうちでも飲めたらいいな～と思い、タピオカを何かで代用できないか？とライスペーパーで試してみたら大成功！  
大きな黒いタピオカはゆでもどすのに約1時間はかかってしまいましたが、ライスペーパータピオカは両面を水につけて柔らかくなればOKなので、かなり時短になります。

### 使用商品

### ライスペーパー

巻きやすい四角いタイプで、モチモチとした食感のライスペーパーです。  
でん粉とお米の素材本来の風味と食感を味わって頂けます。



## 材料 1人前（1杯分）

■黒糖タピオカ  
ケンミン ライスペーパー：2枚  
黒糖：20g  
水：100cc

■ミルクティー  
※280mlカップの8割量  
紅茶ティーバック：1袋  
水：100cc  
牛乳：50cc

■フォームミルク  
牛乳：30cc

## 作り方

- (1)  
■ミルクティー  
小鍋に水（100cc）を入れて沸騰させる。  
沸騰したら、ティーバックを入れて煮出し、牛乳（50cc）を入れ、沸騰直前まで温める。
- (2)  
■黒糖タピオカ  
①ライスペーパーを両面水で濡らし、柔らかくなったら下から上へ向かって空洞を作らないように、きつめに巻き上げる。  
2本作り、12～20等分に包丁で切る。  
●ライスペーパーのもし方について詳しく解説
- (3)  
②小鍋に黒糖と水（100cc）を入れて加熱する。黒糖が溶けたら、切ったタピオカを入れてトロツとなるまで煮詰める（弱火：約5分）。
- (4)  
■フォームミルク  
牛乳（30cc）を電子レンジなどでぬるめに温め、ミルクフォーマー（または泡だて器）で泡をつくる。  
※ミルクフォーマーがない場合は、この工程はなくてもOKです。
- (5)  
■仕上げ  
カップに【黒糖タピオカ】を入れた後に【ミルクティー】を注ぎ入れ（カップの8割程度）、  
仕上げに【フォームミルク】をゆっくり入れて完成。