

## 秋冬アウトドアに お手軽ぜんざい



 調理時間：5分  調理法：キャンプ用調理器具  カロリー：293kcal  塩分：0.2g

温かいぜんざいがお外で食べられる簡単レシピ！くずきりのコリっとした食感がクセになる冬にオススメの一品です

【キャンプインスタグラマーSayaさん (@saya\_hiro\_camp)のレシピ】  
寒くなってきた今の季節にぴったりな秋冬キャンプスイーツを作りました。  
シェラカップに材料を入れて煮込むだけです。  
「くずきりくるくるボール」で食べ応えもばっちり！  
簡単なので是非作ってみてください！

### 使用商品

### くずきりくるくるボール

ゆでずに使えてクイック調理！小さな玉状で必要な分だけ！！お鍋やスープに相性の良い平めんタイプで、もちりとしてコシが強くなめらかな口当たりです。



### 材料 1人前

ケンミンくずきりくるくるボール：1個  
ゆであずき(砂糖が入ったもの)：100g(適量)  
水：100cc  
塩：ひとつまみ  
栗の甘露煮：適量

### 作り方

- (1) シェラカップに水(100cc)・ゆであずきを加えて火にかける。  
(シェラカップがなければ家庭用の小鍋でOKです)
- (2) 塩で味を調えたら、くずきりくるくるボールを入れてふつふつとした火加減で約7分間煮込む。
- (3) 栗の甘露煮をトッピングする。