

# ぼろたん簡単蒸し栗

## 材 料

- \* ぼろたん (生栗 3 L ~ L サイズ) . . . 5 ~ 7 個 / 回
- \* 水 . . . . . 少々



## 作 り 方

ぼろたんに切れ目を入れる。

市販の電子レンジ用簡易蒸し器に、ぼろたんを5個（Lサイズなら7個まで）と水を少々入れ、フタをして電子レンジで2分間（700W）加熱する。

で簡易電子レンジを加熱するときは、蒸し器の特性として、加熱する時間は、1日程度で、1日に1回程度、電子レンジで加熱するときは、一度に5個程度（Lサイズなら7個程度以上）を加熱すると、甘みが増します。また、電子レンジで加熱するときは、蒸し器の特性として、加熱する時間は、1日程度で、1日に1回程度、電子レンジで加熱するときは、一度に5個程度（Lサイズなら7個程度以上）を加熱すると、甘みが増します。また、電子レンジで加熱するときは、蒸し器の特性として、加熱する時間は、1日程度で、1日に1回程度、電子レンジで加熱するときは、一度に5個程度（Lサイズなら7個程度以上）を加熱すると、甘みが増します。