

## とろりんごミルク

- ・アルファ化米粉 大さじ1
- ・豆乳 100cc
- ・甜菜糖（てんさいとう） 小さじ1/2
- ・りんご 1/4個



1. アルファ化米粉は豆乳で1分煮る。
2. リンゴは皮と種を取り除きすりおろす。
3. 1に甜菜糖（てんさいとう）と2を加え混ぜる。