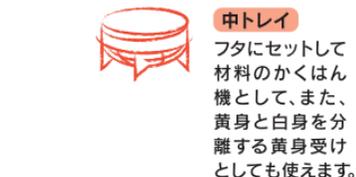


酒粕を使ってカンタンおいしい

基本の甘酒の作り方

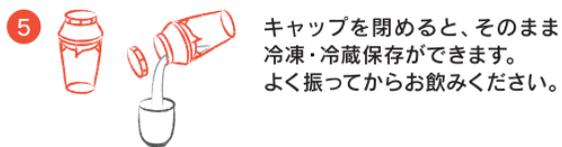
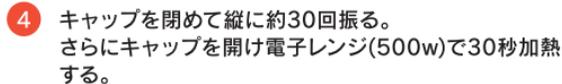
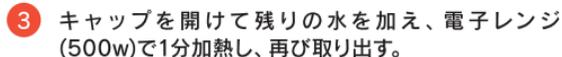
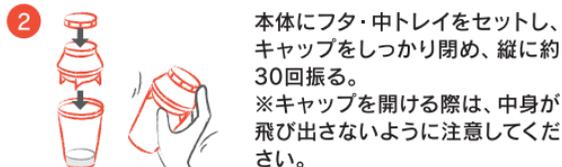
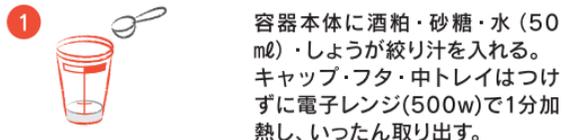
容器各部の名称と働き



材 料(1人分)

酒粕(手でちぎる) 60g
砂糖 大さじ2
水 230ml
しょうが絞り汁 小さじ1

作り方



酒粕の甘酒には、ビタミンや必須アミノ酸、ブドウ糖が含まれ、飲む点滴と言われています。夏バテや冬の冷え対策に注目を集めており、年間を通して体にやさしい飲み物です。

はちみつ入りでノドにもやさしい

たまご甘酒

材 料(1人分)

酒粕(手でちぎる) 60g
はちみつ 大さじ2
水 150ml
卵 1個

作り方

