

Happyガスで Happy!!

保存版
24h

7chにて毎月1回、好評放送中の上野ガスのお料理番組「HappyガスでCooking!!」。番組で作ったお料理のレシピを毎月このページでご紹介いたします。



おいしい・簡単・オシャレなお料理でおなじみの

山本隆子先生の 楽うまLive

豆腐ドーナツ

簡単かわいいドーナツを作りましょう！
お豆腐と白玉粉を使ってヘルシーでもっちりもちに仕上げます♪

豆腐ドーナツ 材料 5個分

ホットケーキミックス … 100g
白玉粉 …………… 100g
絹豆腐 …………… 150g
砂糖 …………… 大さじ2
揚げ油 …………… 適量

＜トッピング＞
チョコレート(ミルク・ストロベリー)
きな粉+砂糖
抹茶+砂糖
粉糖+レモン汁などお好みで



作り方

1、クッキングシートをドーナツ1個分の大きさに切ったものを5枚準備しておく。

2、白玉粉をビニール袋に入れ、めん棒などで塊がなくなってサラサラになるまで押しつぶす。



3、ボウルに豆腐を入れ、泡立て器で滑らかになるまで混ぜる。



4、3のボウルに2の白玉粉と砂糖を入れ、粉っぽさがなくなるまでよく捏ねて、1つにまとめる。



5、4を棒状にし、5等分する。
5等分したものをさらに8等分にし、それぞれを丸めて1のクッキングシートの上にリング状にくっつけて並べる。
同じものを5つ作る。



6、170℃に熱した揚げ油に、5をクッキングシートに載せたまま入れ、揚げる。
揚げているとクッキングシートが自然に剥がれてくるので、シートを取り出し、ドーナツをひっくり返す。



7、両面がきつね色になったら油から取り出す。



8、粗熱が取れたらトッピングをする。
*チョコレートは湯煎で溶かし、ドーナツにつけて乾かす。
*きな粉と抹茶はそれぞれ砂糖を加えて混ぜ、振りかける。
*粉糖とレモン汁を混ぜてアイシングにし、ドーナツにかける。



7月の放送は… HappyガスでCooking! これ、やってみてー! 「しあわせ和風パスタ」 をお送りします。

放送日: 7月20日(日) 19:15 ~ 7月26日(土) 18:30

上野ガスのホームページで過去のレシピもご覧になれます。

<https://www.ueno-gas.co.jp>