



## Thailand に伝わるアジアスイーツにチャレンジ♪ vol.7 カナム・ブアロイ ～白玉だんごのココナッツミルク煮～

### 《材料》 4～5人分

#### 《白玉だんご》

白玉粉・・・・・・・・・・150g

ぬるま湯・・・・・・・・・・120ml

かぼちゃ・・・・・・・・・・90g

抹茶(または緑茶)・・大さじ1/2

ココアパウダー・・大さじ1/2

#### 《ココナッツソース》

ココナッツミルク・・・・・・・・1カップ

牛乳・・・・・・・・・・1/2カップ

砂糖・・・・・・・・・・60g

塩・・・・・・・・・・少々

### 《準備》

- (1) ココナッツソースの材料は、すべて合わせ 鍋に計量しておきます。
- (2) かぼちゃは種を取り、ラップに包んで 電子レンジ(600W 1分)で加熱し、皮をむいてつぶします。
- (3) 抹茶は 小さな容器に入れ、お湯(大さじ1)で溶いておきます。
- (4) ココアパウダーは 小さな容器に入れ、お湯(大さじ1)で溶いておきます。

### 《作り方》

- ① ボウルに白玉粉を入れて ぬるま湯を加え、全体がしっとりするまで練り混ぜます。  
耳たぶくらいの固さに調整し、3等分しておきます。
- ② 小さなボウルに1つの生地を入れ、準備(1)のかぼちゃを加え、黄色くなるまでよく練り、  
10等分し、直径2cmに丸めます。
- ③ ②で使ったボウルに 2つめの生地を入れ、準備(2)の抹茶を加え混ぜ、②と同様に丸めます。
- ④ ③で使ったボウルに 3つ目の生地を入れ、準備(3)のココアパウダーを加え混ぜ、③と同様に丸めます。
- ⑤ 丸めただんごを たっぷりのお湯で茹でます。沸騰したお湯の中に入れ、だんごが浮き上がって  
2分後にすくい上げ、冷水にとって冷めます。
- ⑥ 準備(1)の鍋を 火にかけ、ひと煮立ちしたら ④のだんごを加えます。3分ほど煮て火を止め、  
器に盛り付けます。

### 白玉だんごのココナッツミルク煮 ～カナム・ブアロイ～

普段は 白一色で作りますが、カラフルな白玉だんごはお祝い用に作られます。

17世紀、タイの都として栄えた「アユタヤ」で、日本人女性によって  
考え出されたと伝えられているスイーツです。

