



JA安芸女性部 瀬野支部

# 健康大学



こんにやく作り

日時：令和2年1月22日（水）9時～ 場所：瀬野公民館



こんにやく芋を綺麗に洗い、切ります。



湯がいたこんにやく芋の皮をむき、ミキサーにかけます。



大豆がらを燃やした上澄み液の凝固剤を入れて混ぜます。素早く、よくかき混ぜるのがコツです。適度な大きさに丸めて湯がき、灰汁を抜いて出来上がりです。

美味しい手作りこんにやくの出来上がりです！

