



軽食

## あげ麦のかりんとう



【材料】	分量
あげ麦	1袋
黒糖	30g
砂糖	大さじ3
水	大さじ2

### 【調理方法】

1. 耐熱ボウルに麦を入れて、レンジで1分半加熱する。
2. 別の耐熱ボウルに黒糖、砂糖、水を入れてレンジで3分加熱する。
3. 黒糖が溶けてぐつぐつ泡立っているうちに、麦を全て入れて、絡ませるように素早く混ぜる。そのまま混ぜ合わせ、黒糖が固まって粉がふいてきたら出来上がり。