



レンチン

作業
10分

牛乳なし、火を使わずに作れちゃう！

レンジでつくるホワイトソース

[材料] 作りやすい分量

よつ葉北海道スキムミルク.. 大さじ4	ぬるま湯	200ml
小麦粉..... 大さじ2	塩	ふたつまみ
よつ葉バター（加塩）..... 30g	白こしょう.....	少々

冷蔵

約1〜2日 ※早めにお召し上がりください

point

レンジ加熱前に粉をしっかり混ぜ合わせると仕上がりがよくなります

[作り方]

- 1 耐熱ボウルにスキムミルクと小麦粉を入れて、泡立て器でよく混ぜる。
- 2 ボウルにバターを入れて、電子レンジ600Wで50秒ほど、バターがほどよく溶けるまで加熱して、泡立て器でよく混ぜる。※最初に加熱しすぎるとダメになるので、バターがやっと溶ける程度にしましょう。レンジ加熱後は、間をあげず一気に混ぜるとなめらかに仕上がります。
- 3 ぬるま湯を大さじ3ほど加えてなめらかになるまで混ぜ、残りも加えて混ぜる。
- 4 600Wで2分30秒ほど加熱して、泡立て器でなめらかになるまでよく混ぜる。
- 5 さらに600Wで1分30秒ほど加熱してよく混ぜ、塩、白こしょうで味をととのえる。

動画で
見る

