

古代米おはぎ



● 材料〈10～15個分〉

- 米……………2合
- 餅米……………1合
- 古代米(一晩水に浸す) ……大さじ1
- 粒あん(市販) ……………300g

● 作り方

- 1 米・餅米・古代米を混ぜて炊飯する(水加減は古代米を浸した赤く色づいた水も加えて、炊飯器の3合の目盛りで炊く)。
- 2 炊きあがったら、すりこぎで少し潰す。
- 3 20gに丸めた粒あんを、70gのご飯で包む。
◆古代米を入れると、炊きあがり紫色に染まり、小豆の代わりにもなります。

ひとくちメモ!

酒河小学校4年生が長年、食農教育の一環の『JA 三次ちゃぐりんキッズクラブ活動』で栽培してきました。その子どもたちが一生懸命作った古代米を“おはぎ”にしました。「古代米入りは珍しい、色がやさしいわ!」と喜ばれます。桜の葉に包んでもいいですよ。