

やきごめおはぎ



●材料〈10個分〉

焼き米	……………	300g
水	……………	300ml
粒あん(市販品)	……………	300g
きな粉	……………	適量
砂糖	……………	適量
塩	……………	適量



●作り方

- 1 厚手の鍋に焼き米と水を入れる。
- 2 火にかけ、沸騰したら火を弱め1～2分で火を止める。
- 3 10～15分間蒸らす。
- 4 しゃもじでよくこねてつぶし、10個くらいに丸め、きな粉やあんなどをつける。



ひとくち×モ!

焼き米は、保存食として熱湯で柔らかくして食すことが多いですが、災害時などの非常食としても活用できます。