

伝えて
いきたい!

伝統食材を使って

甘糍のシナモンバタートースト

奈良時代の後半に糍を使った酒造りについて書かれた記録が残されています。糍から作る甘糍は、現在ではやさしい自然な甘みが好まれ、含まれている必須アミノ酸の働きで疲労回復効果も期待できる栄養補給食品として人気です。



口栓付

1129 冷蔵 次回 4月 1回

糍や儀平
甘糍

400g

近江米だけで造った自然な甘みの甘糍。ノンアルコール。

(203.3kcal・食塩相当0g / 100g)

賞味期間: 60日

1点につき
20
ポイント

お湯や水で薄めて
(甘糍1:水2)
甘酒が作れます

本体 **500**円
(税込 **540**円)



約22cm



材料(2人分)

- 176 コープ毎日バナナ(小) 2本
- 1106 もっちり山型食パン(6枚切) 2枚
- くるみ(食塩無添加) 12g
- バター 10g

- A** 1129 甘糍 40g
 バター 10g
 シナモンパウダー
 小さじ1/4

作り方

- 1** **A** の甘糍とバターを耐熱容器に入れ、ゆるくラップをかけて電子レンジ(600w)で1分弱加熱する。取り出してかき混ぜ、しばらく置いて冷まし、シナモンパウダーを混ぜる。
- 2** くるみは粗く刻んでアルミホイルに広げ、オーブントースターで軽くローストする。取り出して冷ます。食パンは軽くトーストして皿に取る。
- 3** バナナはそれぞれ皮つきのまま縦長に3等分し、皮をむく。フライパンにバターを溶かし、バナナを並べて弱火で両面をこんがりと焼く。②の食パンの上に並べ、上から①をかけてくるみを散らす。