

親子で
つくろう!

伝統食を
手づくり

伝統食 レシピ

市販のつぶあんを使って
簡単おはぎを作ってみよう!

264857

伊勢製餡所
つぶあん

300g ★

北海道十勝産の小豆をじっくり炊き上げました。甘さの残らないさっぱりした味のつぶあん。

(242kcal・食塩相当0.04g/100g)
賞味期間：10カ月



本体 **398**円
(税込 430円)

材料 (あん4個・きなこ5個)

264865 もち米 (滋賀羽二重)
…………… 100g
うるち米 …………… 100g
264857 つぶあん …………… 300g

A きなこ …………… 1/2カップ
砂糖 …………… 大さじ1/2

264865

パールライス滋賀
もち米
(滋賀羽二重)

1.4kg

令和5年度産：
滋賀羽二重もち米

粘り・こしが強く
伸びが良い、滋賀
県産羽二重もち。



本体 **780**円
(税込 842円)

作り方

- 1 もち米とうるち米は洗って炊飯釜に入れ、水300mlを加えて1時間おき、普通に炊く。
- 2 炊きあがったら、水でぬらしたすりこ木で半つきにする。約30gを4個、約60gを5個に分ける。
 - 30g × 4個
 - 60g × 5個
- 3 あんは約50gを4個、約20gを5個に分ける。
 - 50g × 4個
 - 20g × 5個
- 4 約30gのご飯4個は俵型に丸める。約50gのあんを手のひらにのせて薄く広げ、ご飯を包む。
- 5 約20gのあん5個は丸める。約60gのご飯を手のひらにのせて薄く広げ、あんを包み、**A**をまぶす。

