

香ばしい♪日本のソウルフード

■甘さひかえめ♡ライスブランのおはぎ



【材料】（直径約 8cm のもの 6 個分）

- もち米2カップ（約320g）
- 水2カップ
- 塩小さじ1/5（約1g）
- あんこ約150g
- 魚沼オリザ(もち米に混ぜる用)大さじ1杯・(まぶし用)大さじ2杯
- 塩小さじ1/5（約1g）

【作り方】

- ①もち米は炊く直前に洗い、水2カップを入れて炊飯器で炊きます。
- ②炊き上がったら炊飯器の蓋を開けずに10分以上蒸らす。
- ③餡子を6個分丸めておく。
- ④もち米を蒸らし終わったら、熱いうちに魚沼オリザと塩をふりかけ水で湿らせ

たすりこぎやしゃもじで半つぶしにする。

⑤熱いうちに、手に水をつけて、餡子を真ん中に入れておはぎを丸める。
(※出来た餅は、くっつかないようにクッキングシートに並べるのがお勧め)

⑥バットに、こぬか粉、塩を入れ、まんべんなく混ぜ合わせる。
(米ぬかに甘みがあるのであえて砂糖は使わず自然の甘みだけで作ります。)

⑦⑥に、おはぎを転がしてまぶせば完成！