

メニュー名

スイーツおはぎ

学校名: 長野県上田千曲 高等学校

氏名: 小林 壘

PR文(200字以内)

～感謝の気持ちを届けよう～

私からのメッセージ

いつも美味しい料理を作ってくれる祖母に向けて作りました。祖母は甘い物ともち米が好きなので、その2つを組み合わせってみました。この料理を食べると「おいしい」と言ってくれたら嬉しいです。



材料	分量(2名分)	作り方と調理時のポイント
もち米 水 さつまいも 砂糖 生クリーム きなこ ごま	1カップ 米と同量 65g 15g 大さじ1 適量 適量	前準備・・・もち米を炊いておく ① さつまいもを1.5cm角に切り耐熱皿に入れ、水を少し入れてから500wで4分間加熱する。☆さつまいもがしっかりやわらかくなるまで。 ② 炊いたもち米をすりこぎで潰す。 ③ ①を熱いうちに裏ごす。 ④ ③に生クリーム・砂糖を加えペースト状にする。 ⑤ もち米を手の上で伸ばし、④の芋を中に入れ、包む。 ⑥ 好みでごま・きなこをちらす。