

# もち米レシピ

## さつまいもごはん

### 〈材料〉

さつまいも 1/2~1本 → 1cm角切り  
お米 1合 }  
もち米 1合 } 合わせて炊く30分以上前に、水で洗  
ってザルに上げておく。  
昆布(5cm角) 1枚  
酒 大さじ2  
塩 小さじ1/2~2/3  
ゴマ塩 適量



### 〈作り方〉

- 炊飯器に、洗い米、酒、塩を入れ、通常に炊く時の水量線までの分量外の水を加えてひと混ぜし、水気をきったサツマイモ、昆布を入れてスイッチを入れます。
- 炊き上がったら10分そのまま蒸らし、しゃもじで底から持ち上げるようにして余分な水分を飛ばしながら、全体に軽く混ぜます。器に盛り付け、お好みでゴマ塩をふります。

## おはぎ

### 〈材料〉

もち米 450g (3合)  
水 450ml

### こしあん

きなこ → きなこ：さとう=1：1

ごま → すりごま：さとう=1：1 (しお少々)



### 〈作り方〉

- ボウルにもち米を入れ、水をたっぷり入れて、さっと混ぜすぐにざるにあけます。  
\*)もち米はとぎ汁を吸ってぬかのおいがついてしまうので、最初の水は素早く捨てましょう。
- 1のもち米をボウルに戻し、とぎ汁がほぼ透明になるまで、3回ほど水を入れ替えながら研ぎます。
- 研ぎ終わったら、しっかりかぶるくらいの水を入れ、1時間浸水させます。  
\*)もち米は、普通のお米より芯が残りやすいので、浸水時間が普通のお米の2倍の1時間になります。
- 炊飯器に入れ炊きます。  
水加減は、内釜に「おこわ」のメモリがあればそれに合わせます。ない場合は、お米と同量の水を入れて炊きます。
- 炊き上がったら、適量の大きさに握って、お好みで、あんこで包んだり、きなこ・ごまなどをまぶせばできあがりです。