

五平もち

材 料

・うるち米	2合
・もち米	0.5合
・塩	少々

<山椒みそ>

山椒 … 適宜	みそ … 60g
くるみ … 10g	酒 … 少々
砂糖 … 80g	

作り方



1. 下準備

米を洗って、分量の水を加えて30分ほど浸水させて炊飯する。

2. 山椒みそづくり

洗った山椒を形がなくなるまですり鉢でする。

くるみを加えて、少し油がにじんでくるまでする。

砂糖とみそを加えてすり混ぜたら、酒を加えてのばす。

別容器に移して電子レンジでチンする。

3. 仕上げ

米が炊き上がったら、すりこ木で米が半分くらいつぶれるまでつぶし、小さな丸型に握る。

アルミホイルを敷いた鉄板に並べ、山椒みそをぬってトースターで焼く。

(米だけで少し焦げ目がつくまで焼いてから山椒みそをぬって焼くと、更に本格的)

たけのこ汁 (4人分)

材 料

・たけのこ	100g
・水	800ml
・減塩だしの素	小さじ1弱

・みそ	大さじ1
・さばの水煮缶	1缶
・ねぎ	適宜

作り方



1. 下準備

たけのこが生の場合、下茹でしておく。

2. たけのこ汁づくり

たけのこをいちょう切りor拍子木切りに切り、分量の水と減塩だしの素で煮る。

沸騰したら火を止め、みそを加える

3. 仕上げ

さばの水煮缶を汁ごと加え、ねぎを散らして出来上がり。