



手作りぼたもち



準備する道具

- ボウル
- 大きい皿かバット
- ラップ
- おお さら
- 大きい皿かバット
- もりつけ用のお皿
- けいりょう
- 計量カップ
- スプーン

材料(あんこぼたもち・ごまぼたもち各5個分)

- ご飯 300g (もち米とうるち米を4:1の比率で炊く)
- こしあん 200g (あんこぼたもち用)
- ごまぼたもち用 25g
- (黒・白)すりごま 25g (さとう5g位加える)

うるち米を混ぜると、時間がたってもご飯が固くなりにくくなります。



【A】もちの作り方

- もち米とうるち米を合わせて米をとき、1時間ほど浸水してから炊飯器で炊く。(水の量は白米を炊くときと一緒。)
- 炊き上がったら10分程度蒸らし、温かいうちにすりこぎで少し粒が残る程度につぶす。

★すりこぎの先に塩水をつけると米粒がくっつきにくくなります。

【B】あんこぼたもち

- ラップをして、上にご飯をのせて丸める。(1つ30gが目安)
- さらにラップをひいて、あんこ(1つ40gが目安)を円状に伸ばし、①で丸めたご飯を中央に置いて包めば完成。

【C】ごまぼたもち

- ラップにご飯をのせて(30g目安)薄く広げる。
- あんこ(5g目安)を中央に乗せて包んで丸く成形する。
- すりごまをまぶして完成。

