

☆もち麦おはぎ（12個分）

材料名	分量	作り方
蒸しもち麦	1袋(70g)	① もち米は洗い、炊飯器のおこわの目盛まで水(分量外)を入れて炊飯する。 ② 炊き上がったら蒸しもち麦を入れて10分程蒸らす。 ③ ボールにうつし、塩を入れて混ぜる。粗熱がとれたら手に水をつけて俵型に丸める。 ④ ③をあんこで包み、固く絞ったぬれ布巾で形を整える。 ※よりもちもち感を出したい時は、③の工程で混ぜた後、水で濡らしたすりこ木などで軽くつぶしてください。 *レシピ提供：株式会社マルヤナギ小倉屋
もち米	2合	
あんこ	480g	
塩	ひとつまみ	

1個分 163kcal

