



おうちで作ってみよう!



五平餅

<作りやすい分量>

精白米	2.5 合
焼き油	適宜
すりごま	10g
みそ	10g
砂糖	小さじ 1/2
みりん	小さじ 1
水	適宜

【作り方】 ご飯を炊く

- ① 炊き上がったご飯を、熱いうちに水をつけながらすりこぎで、ご飯の粒が残る程度につぶす。
- ② 手に水をつけながら、小判型に丸める。
フライパンに薄く油をぬり、焦げ目が軽く付く程度に両面焼く。

味噌だれを作る

- ③ 鍋に味噌、砂糖、みりん、水を入れて火にかけて、よく練り、すりごまを加える。
- ④ 味噌だれを②にぬり、できあがり。

☆五平餅は、五穀豊穡を願って神にささげる御幣の形からとも言われています。形はわらじ形、小判形、平丸形など地域で様々です。

☆ごまの他に、すりぐるみを加えたり、フキ味噌にしてもおいしいです！アレンジしてみてくださいね！

たのしい おうち時間になりますように♡