

料理名 バター一香る焼きゴマ団子



材料（分量）（4人分）

残りご飯

1膳(150g) 片栗粉 大さじ1

有塩バター 5g こしあん 大さじ3

水 適宜 白いりゴマ 適量

調理手順

- ①温かいご飯と片栗粉をビニール袋に入れる。
 - ②袋の上から、米の粒がなくなるまでもむ。
ご飯が硬めのときは水を少量足す。
 - ③手を水で濡らして、②を4等分する。
 - ④ご飯を手のひらに広げて、あんこを包み丸める。
少し平たく潰す。
 - ⑤小皿に白ゴマを入れて、全面たっぷりつける。
- 1.⑥フライパンに油を引き、両面を香ばしく焼く。
(弱火～中火) 仕上げにバターを入れて、軽く焼く。

おすすめポイント！

バターの風味とあんこがよく合うのでおいしい！
胡麻の食感とモチモチのお米の相性抜群！！
熱々のうちに食べてね！

料理名 モチ



おすすめポイント！
エビを入れてエビ餅やあんこを入れてあんこ餅を使っています。

材料（分量）

もち米、水、あんこ、片霧子（引っ付き止め）

調理手順

- ①もち米を洗う
- ②もち米を水につける（12時間）
- ③もち米をざるにあげて水を切る（1時間）
- ④もち米をむす
- ⑤もち米をこねる
 - ・餅を切り分けて丸める（平らにしうらがいして丸める
 - ・
 - ・

料理名 さつまいもマフィン（お米）

材料（分量）

- ・米（90g）（浸水済120g）・塩（2g）
 - ・豆乳（50g）・メープルシロップ（40g）
 - ・レモン汁（5g）・油（40g）ペーキングパウダー（4g）・ペーキングソーダー（重曹）（1g）
- さつまいも4分の1本

調理手順

- ①下準備1 軽く洗った米をボウルに入れ、水1カップ程度（分量外）を加えて2時間（冬場は3時間）以上浸す。
- ②下準備2 ふかしたさつまいもをサイコロ状に切っておく。
- ③米をざるに上げ、数回ざるを上下させてしっかりと水けを切る。
- ④オーブンを170°に予熱する。
- ⑤米、レモン汁、メープルシロップ、豆乳、塩全てミキサーに入れて、ミキサーで30秒程度回しては止めるの動作を5～6回繰り返す。
- ⑥油を加えて、生地がもったりとしてなめらかになるまでミキサーでかき混ぜる。
- ⑦生地をボウルに取り出し、ペーキングパウダー、ペーキングソーダー、さつまいもを加えてゴムベラで手早く混ぜる。
- ⑧グラシンカップを敷いた型に生地を等分に流し込んだら、切っておいたさつまいもを飾り付ける。
- ⑨オーブンで20～25分、表面に焼き色がつくまで焼く。

おすすめポイント！

料理名

米粉のイチゴロールケーキ



材料（分量）

米粉 70g 卵 4個（Mサイズ） 砂糖
100g 無塩バター 30g
生クリーム 200g 砂糖 15g いちご 1パック

調理手順

準備オーブンは、170°Cに予熱する。クッキングシートで型を作っておく。

①いちごのヘタを取る

②メレンゲを作ります。ボウルに卵白を入れハンドミキサーで泡が出るまで泡立てたら砂糖を加え、ツノが出るまで泡立てます。

③別のボウルに卵黄をいれ、白っぽくなるまでハンドミキサーで混ぜ合わせる。

④米粉、半分の2をさっくり混ぜ合わせます。そして残っている2を入れてしっかり混ぜ合わせます。

⑤

- ・
- ・
- ・

おすすめポイント！小麦アレルギーの人でも食べれるロールケーキ