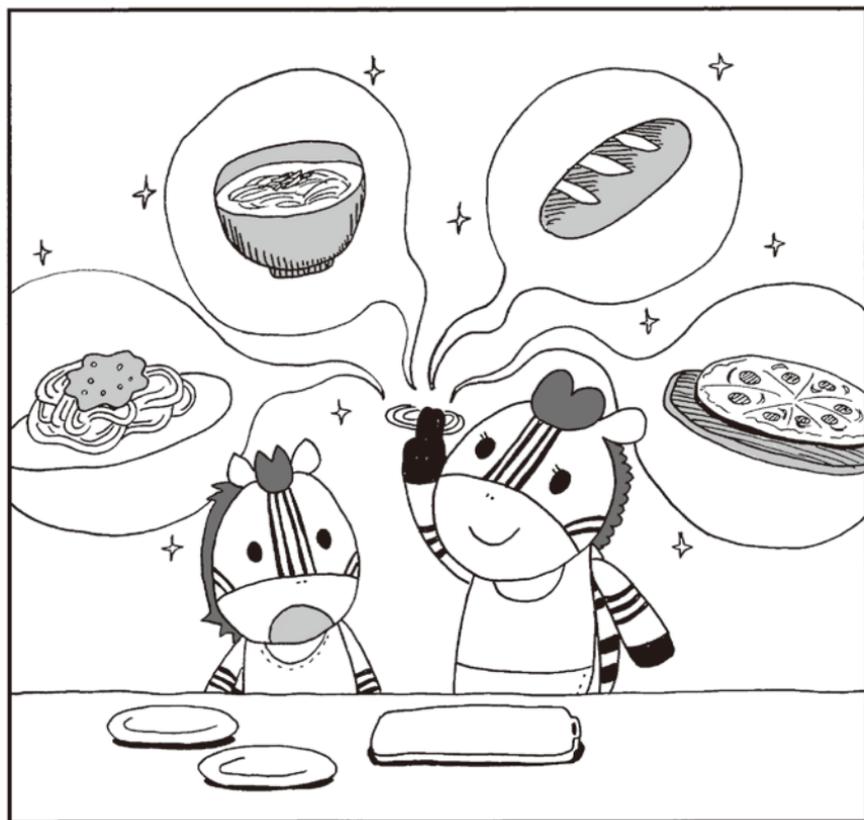
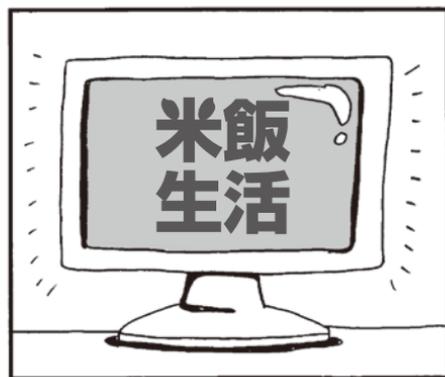
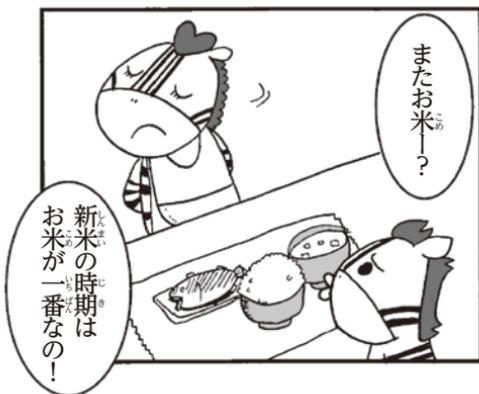
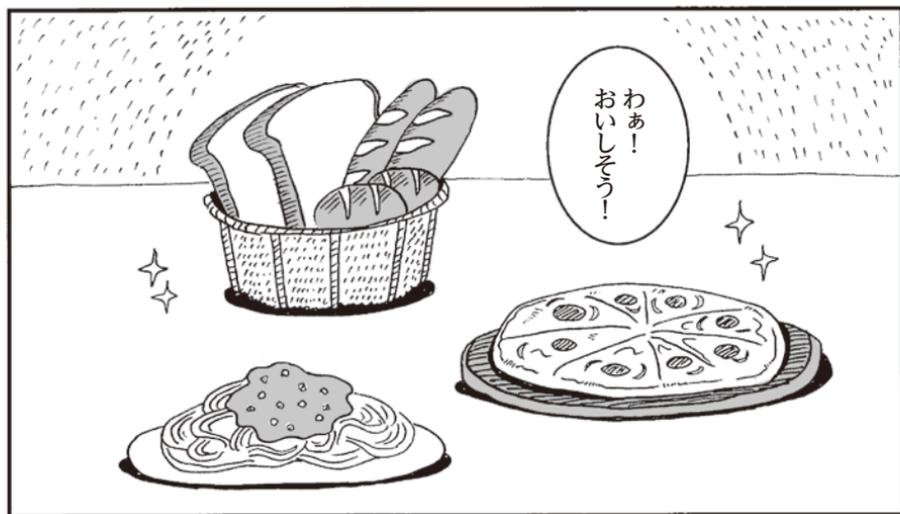
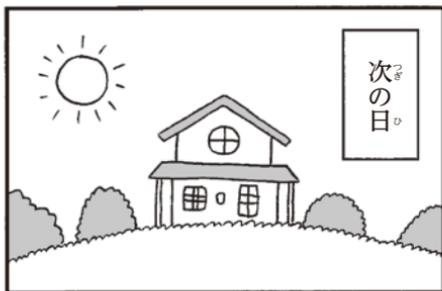
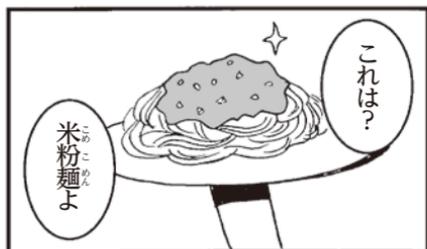


こめ
お米をつかって
たもの
つくる食べ物②











米粉を使ったレシピ

オススメ

なんばんこ



材料

米粉	500g
卵	1個
砂糖	120g
塩	少々
マーガリン	30g
ベーキングパウダー	小さじ1
ごま、しそ(梅酒けのしそ利用)等	

なんばんこって？

秋田県由利本荘地域で作られる米菓子で、南蛮(唐辛子)に似ていることから「なんばんこ」と呼ばれます。昔は歯が立たないほど固い物でしたが、近年はサクッと食べやすく工夫されています。

作り方

- (1).米粉に塩、ベーキングパウダーを入れてふるいでよく混ぜ合わせ、ごまやしそを入れて混ぜる。
- (2).マーガリンを湯煎で溶かし、砂糖を入れ、混ぜ合わせる。
- (3).卵を割りほぐして、水1カップで伸ばし、(2)を混ぜ、最後に(1)を加える。
- (3)を南蛮(唐辛子)の形に、小指大に丸め、170℃位の油でこんがりと揚げる。

お米の妖精

お米を粗末に扱うと現れて、
お米のありがたみを教えてくれる。

