

## 枝豆の香ばしごはん餅



## ワンポイントアドバイス

- ・枝豆は先端を少し切り落として茹でること、水まわりをよくし、塩味ものりやすくなります。
- ・ごはんをつぶす作業、成形する作業は子どもの楽しい作業なので、お子さんと一緒に作るのもおすすめです。
- ・冷凍の塩枝豆でも作れます。

## 材料（2人分）

- 枝豆 100g  
（むき身）50g
- 塩（茹で用）40g（湯の4%）
- 湯 1ℓ
- 温かいごはん 200g
- プロセスチーズ 20g
- ◆醤油 小さじ1
- ◆みりん 小さじ1

## 作り方

1. 生枝豆は先端をはさみで少し切り落とし、分量の半分の塩でもむ。
2. 手鍋に湯と残りの塩を加え、1を5分程度塩茹でする。茹で上がったらざるにあげ冷まし、実を取り出す。
3. チーズは5mm角に切る。
4. ポリ袋にごはんを入れ、手で押しつぶす。2・3を加え混ぜ、4等分にし、小判型に成形する。
5. ◆を合わせ、4に塗る。トースターで約5分焼く。ひっくり返し◆を塗り、両面を香ばしく焼き上げる。