

レシピ協力：野菜ソムリエコミュニティさいたま

2009年4月に発足し、現在の会員数は130名を超えています。現在、月1回程度の野菜・果物に関する勉強会や見学会、料理教室、野菜果物の食べ比べ、収穫体験など、様々な活動を実施しながら、会員のスキルアップや親睦を図っています。今後も、会員が持つ情報やノウハウなどをうまく活用しながら、会の発展につなげていきたいそう。 <http://ameblo.jp/vegecommu-saitama/>

紅赤あんの道明寺

材料(2人分)

- 道明寺粉…50g (紅赤あん)
- 砂糖…15g
- 水…80cc
- ゆずピール…10g
- 紅赤いも…80g
- はちみつ…小さじ2
- クルミ…10g
- 牛乳…小さじ1~2
- クチナシの実…1個



① 道明寺粉と砂糖を耐熱ボウルに入れて混ぜ、水を加えて10分ほど置く。ラップをして1分30秒レンジで加熱する。

②①に刻んだゆずピールを加えて、さらに1分レンジで加熱し、そのまま10分ほど蒸らす。



③ クルミは1分レンジで加熱し、きざんでおく。紅赤の皮をむき、さいの目に切った水にさらす。耐熱ボウルに紅赤、クチナシの実を入れ、水をひたひたにしてレンジで3分~3分半加熱する。



④ 残った水分とクチナシを除き、はちみつを加えてマッシュする。いもあんがまとまる程度に牛乳を入れ、刻んだクルミを加える。



⑤ ②を2等分し、1枚ずつラップの上で薄く、丸くのばす。そこに2等分して丸めた④のいもあんを置いて、茶巾絞りの要領で包み、丸く形作る。



レシピ考案者 かつひと 菜ノ野菜ソムリエコミュニティさいたま 小峰 知佐さん

火を全く使わず、電子レンジだけを使って簡単に作る和スイーツは、おさんと一緒に作っても楽しいと思います。ゆずピールのさわやかな酸味と、紅赤のまるやかな甘みのハーモニーが楽しめます。