

五平餅

材料（4人分）

ご飯・・・・・・・・1.5合
小麦粉・・・・・・・・大さじ1
＜みそだれ＞
みそ・・・・・・・・50g
砂糖・・・・・・・・60g
水・・・・・・・・大さじ1

作り方

- ①米は少しやわらかめに炊く。
- ②ごはんが温かいうちに、すりこぎで粒が半分ほどなくなるまで潰す。
（冷やご飯を使うときは、電子レンジで温めてください。）
- ③小麦粉を加え混ぜる。
4～6等分（作る本数分）して、手を濡らしやや長めの平たい楕円形に整える。
- ④割りばしに刺し、改めて形を整える。
- ⑤みそだれを作る。鍋にみそ、砂糖、水を入れて弱火で軽く煮詰める。
（ブクブクと沸くまで）
- ⑥焼いている間に、割り箸が焦げてしまうので、焼く前に手持ち部分にアルミホイルを巻く。
- ⑦表面にみそだれを塗り、オーブントースターで焼き色が付くまで5～10分焼く。（焼き目を見ながら調整）
- ⑧裏面も同じようにみそだれを塗り、5～10分焼く。

※このレシピでは、塩分多めの手作りの味噌を使用しています。
お好みで味噌や砂糖の量を調整ください。

＜レシピ考案：ふくいの食育リーダー 豊岡梯子＞