

おやつ

五平餅

昔ながらの素朴な味わい



材料(約5人分)

ご飯	500g
サラダ油	適量
ごま	10g
しょうが	6g
A 赤みそ	小さじ2
白みそ(合わせみそ)	小さじ2
砂糖	大さじ2
みりん	大さじ1/2
酒	小さじ2

作り方

1. 炊きたてご飯をすりこぎで軽くつぶして粘りを出す。それを楕円形に成形し、油をひいたフライパンで焼いて、軽く焦げ目をつける。
2. ごまは香ばしくするため鍋で炒る。炒ったごまをすり鉢に入れ、油が出てべたっとするまですりつぶす（フードプロセッサーでつぶしてもよい）。
3. 生姜はすりおろして、おろし汁だけ使う。
4. 鍋に2、3とAを混ぜ合わせ、煮立ててタレを作る。焼いた1にタレを塗る。



愛知県三河地方などに伝わる、昔ながらのおやつです。
ご飯は、3分の1をもち米にして炊くと、よりもっちりとした五平餅らしい食感になります。