

きな粉と黒ゴマのおはぎ



材 料 10 個分

もち米 1 合 (180 ml=1 カップすり切りより少なめ)

あんこ 200g ぐらい

a	きな粉	大さじ 1	b	黒ゴマ	大さじ 1
	砂糖	大さじ 1		砂糖	大さじ 1
	塩	少々		塩	少々

- ① もち米を洗い、30 分水につけ 1 カップ (200 cc) の水で炊く。
- ② 炊き上がったもち米をスプーンの背でつぶし、等分に握る。
- ③ a のきな粉・砂糖・塩を合わせ②にまぶす。
- ④ b の黒ごまをすり、砂糖・塩を合わせ②にまぶす。

②お米をつぶしています



④ b の黒ごまをすっています。



③ a のきな粉をまぶしています。

みんなでいただきます



○「おはぎ」と「ぼたもち」のちがいは？
 萩の花の咲く頃(秋)に作ると「おはぎ」
 牡丹の花の咲く頃(春)に作ると「ぼたもち」
 といわれています。

2022 年 12 月 14 日

庄内西こども園

手作りおやつ講座(2 歳以上対象)で
 技能員の先生の指導のもと作りました。