

つくってみませんか

がめの葉餅

赤間宿まつりで出店したよ！



《材 料》(10個分)

こしあん(好みで粒餡) …	250g
だんご粉……………	200g
がめの葉……………	20枚
片栗粉(手粉用)……………	適量
サラダ油……………	適量

《作り方》

- ① こしあん25gを10個丸めておく。
- ② がめの葉の表側にサラダ油を塗っておく。
- ③ だんご粉を耳たぶくらいの軟らかさにした生地を20～30分ほど休ませておく。
- ④ 生地を10等分して、餡を詰め丸めて片栗粉を少しまぶしておく。
- ⑤ がめの葉で④を包み、15分蒸す。
- ⑥ 蒸したら金網の上に置く。

(健康福祉部会 食生活改善推進会)