

小さなごちそう

わたしの街からお届け

新米で作ってみよう 立田の「五平餅」

材料 (5個分)

【五平餅】
もち米、白米 …… 各1合
【みそだれ】
みそ ……40グラム
砂糖 ……30cc
みりん ……15cc
すりごま、くるみ …… 適量
【しょうゆだれ】
しょうゆ ……20cc
砂糖 ……10cc
みりん ……20cc
おろししょうが …… 適量
片栗粉 ……5cc
水 ……20cc

作り方

- ①もち米と白米を合わせて洗い、炊飯器で目盛りより控えめの分量の水に漬けておく。(可能なら一晩)
- ②①を炊き、10分ほど蒸らしたあと、すりごまで粒が残る程度に潰す。
- ③ラップの上にご飯をのせ、割り箸を置く。
- ④割り箸にご飯を小判型にくっつける。厚さは1～1.5cm程度。
- ⑤ご飯を冷ましてから、ホットプレートで両面をこんがり焼く。
- ⑥みそ、砂糖、みりんを混ぜて火にかけてみそだれを作る。
- ⑦⑥を半分に分け、それぞれにすりごま、炒って粉にしたくるみを入れる。
- ⑧しょうゆ、砂糖、みりん、おろししょうがを煮立て、水溶き片栗粉でとろみをつけ、しょうゆだれを作る。
- ⑨好みのたれにつけて食べる。クッキングシートを敷き、付け焼きにするとよりおいしい。



レシピ紹介者

三輪八重子さん

(藤原町篠立)

「五平餅は炭火で焼くとさらにおいしくなりますよ」

同じレシピを紹介中



いなべ市公式

キッチン



小さなごちそう体験

ロールケーキ作り

地元の素朴な味のお菓子をみんなで作りましょう。

●日時 12月14日(土) 9:30～11:30

●場所 川原多目的集会所(北勢町川原 916-2)

●定員 15人

●参加費 1,000円(1人あたり)

●申込方法 ホームページ「いなべ里山ガイド」、電話

●申込開始日 11月12日(火)

●主催 いなべグリーン・ツーリズム推進委員会

問 **申込先** いなべグリーンツーリズム推進委員会事務局

T 86-7741 **H** <http://www.inabe-satoyama.com/>



生活情報
「まいめる」



携帯用
「モバイルサイト」

救急医療情報

■三重県救急医療情報センター **T** 059-229-1199

■いなべ医師会(在宅当番医) **H** <http://inabe-med.or.jp/>

■医療ネットみえ **H** <http://www.qq.pref.mie.lg.jp/>

人口情報(令和元年10月1日現在)

総人口: 45,640 (-15)

世帯: 18,451 (-6)

男: 23,308 (+4) 女: 22,332 (-19)



UD FONT
by MORISAWA

いなべ市情報誌 Link12月号(vol.192) 令和元年11月1日発行

発行/いなべ市 編集/企画部 広報秘書課 〒511-0498 三重県いなべ市北勢町阿下喜 31

T 0594-86-7740

F 0594-86-7857

H <https://www.city.inabe.mie.jp/>