

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)
- ② ①を炊き、10分ほど蒸らしたあと、すりこぎ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。
- ⑦ ⑥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



cookpad

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)



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/>