

おいしく♪ 楽しく♪

簡単クッキング

第144回 2016年2月16日(火)

まだまだ「お餅」は食べたい～



こんにちは、
本日は「お餅」です。

講師は、
市村さます。

2016/02/16

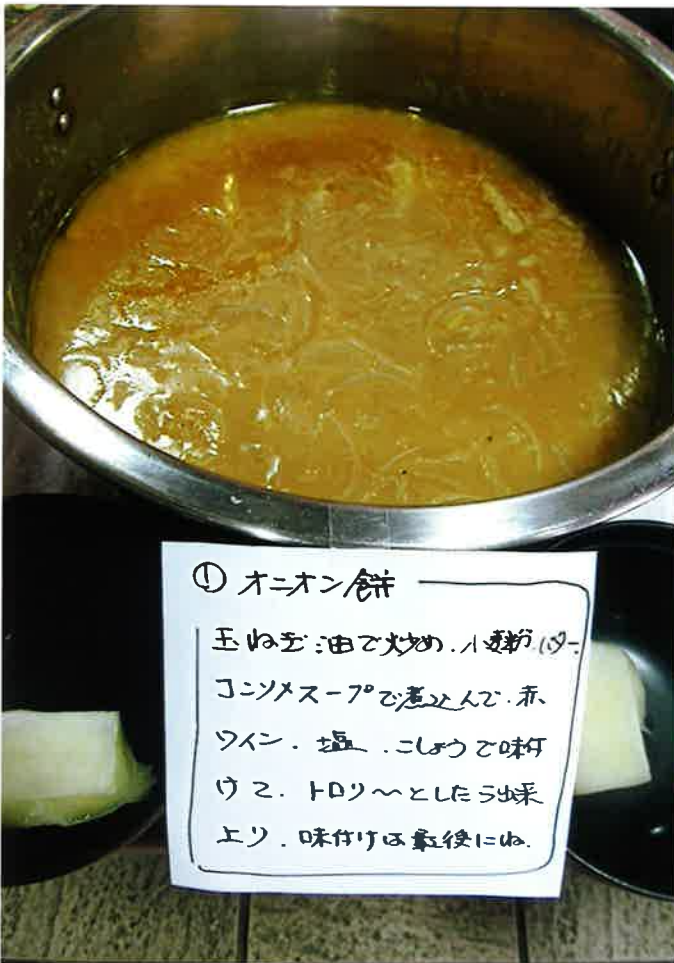
①

②

③

④

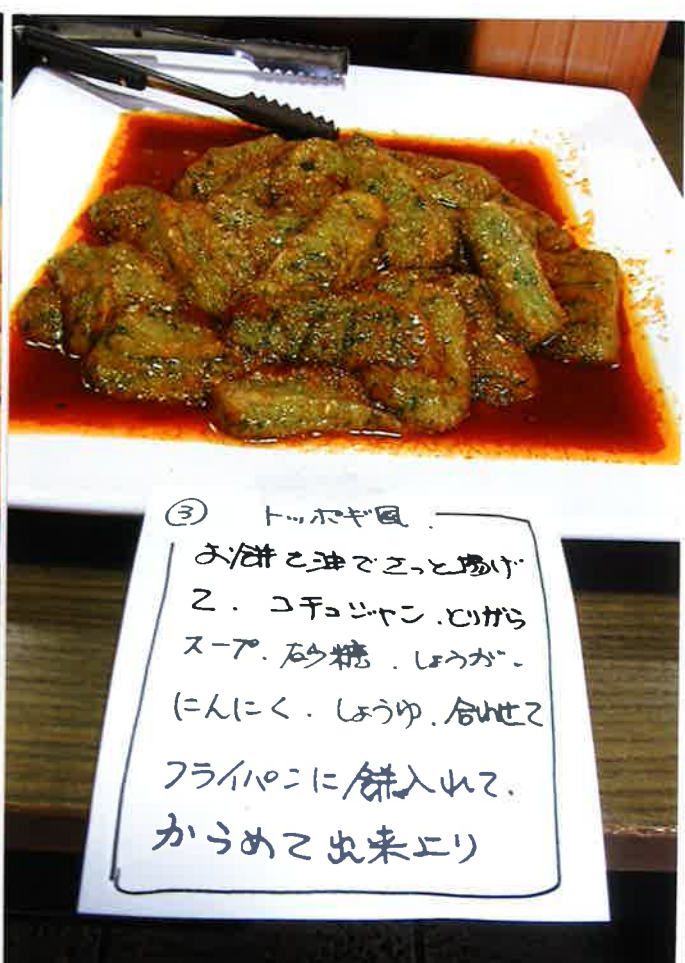
⑤



① オニオン餅
玉ねぎを油で炒め、小麦粉、
コンソメスープで煮込んで、ホ
ウイン、塩、こしょうで味付
け。トロッとした出来
上り。味付けは最後にね。



② あけ餅味噌
あけの中にお味噌
入れて、ようじで切る。
味噌、砂糖、みりん、
酒、すりごまに火を
火を入れて、味付けの
中に入れて、……
ちょっとコトコト煮込
めて弱火で10分程。
小瓶裏書きのトロッ
と油に並べて汁流しね



③ トロトロ餅
お餅を油でとろとろ
と、コトコト煮込
み。砂糖、しょうが、
にんにく、しょうゆ、合せて
フライパンに餅を入れて、
かうめて出来上り



④ 肉巻き
餅をレンジで少々焼く。
豚肉を巻いて、フライパン
で焼く。お醤油、砂糖、
しょうゆ、みりん、酒、火
を入れて、水溶き片栗粉でとろ
み付けで出来上り。
お肉はハケで付けね



⑤ おこもの
砂糖、しょうが、みりん、
に付けて、おこものは
お餅以外の焼き目をつけて



本日、使用した
「お餅」です。

売店で販売しています。