

Happyガスでクッキング!

保存版
222

7chにて毎月1回、好評放送中の上野ガスのお料理番組「HappyガスでCooking!!」。番組で作ったお料理のレシピを毎月このページでご紹介いたします。

Let's Cooking!!



おいしい・簡単・オシャレなお料理でおなじみの

ここに掲載しているレシピは過去に放送したものです。

山本隆子先生の 楽うまLive

桜餅風いちご大福

おひな祭りにピッタリ!
もち米と黒米を使った桜餅風いちご大福を作ります。
ガスコンロの炊飯機能を使って簡単に作れます!



桜餅風いちご大福

材料 14個分

もち米	2合	いちご(小粒)	14個
黒米	大さじ1	砂糖	大さじ2
水	大さじ1	桜の花	14枚
あん(こしあん)	300g	(桜の葉)	14枚



作り方

1、黒米を大さじ1の水につけておく。もち米はたっぷりの水で一晩浸ける。

2、桜の花や葉は塩漬けなので水に浸けて塩を抜いておく。

塩抜きした水はあんや大福を包むときに手水として使います。残しておいてください!

3、もち米を炊飯鍋に入れ2合分の水を入れる(炊く前に新しい水にかえて炊飯鍋に入れて炊く)。そこへ水につけていた黒米を水と一緒に入れる。

もし炊飯鍋に目盛りがなかったら、1合220gの水を入れてください。

4、炊飯モードで2合分炊く。

5、あんを14等分する。

6、いちごを洗いキッチンペーパーで水気をとり、あんに包む。

こしあんのほうが作りやすいですが、粒あんを使ってもいいです。



7、4が炊けたら砂糖を加えよく混ぜる。

すりこぎで半分ほど潰し、冷ましてからにぎってください。



8、炊けたもち米を桜の花や葉のつけていた水を手水にして14等分にする。

9、炊けたもち米であんに包んだいちごを包み込むように丸くにぎる。



10、桜の花を広げて上にのせる。(桜の葉で包む)



★ 大福の作り方 ★

いちごをあんで包む工程やあんをもち米で包む工程はTV放送にて詳しく先生が解説してくださっています。以下の方法でご視聴ください。

上野ガス株式会社ホームページ

ビデオライブラリ - 上野ガス(ueno-gas.co.jp)

トップページのガスdeクッキングから進むと出てきます。

YouTubeより

上野ガス株式会社・上野都市ガス株式会社 - YouTube

YouTubeにて「上野ガス」と検索してください。

5月の放送は… HappyガスでCooking! 全国学校給食の旅「炙り鶏とレンコンの南蛮和え」をお送りします。

放送日: 5月21日(日) 19:15 ~ 5月27日(土) 18:00

上野ガスのホームページで過去のレシピもご覧になれます。

<https://www.ueno-gas.co.jp>