



[いとこ煮]

Yamagata Local Foods, 38

代表地区 庄内

材料

- もち米／5カップ
- 小豆／2・1/2カップ
- 砂糖／500g
- 水／5カップ
- 塩／少々

もち米と小豆の相性のよさは抜群。
とり分けて、おやつやお茶うけに。



作り方

- ①もち米は研いでから、一晩水にひたしておく。
- ②小豆を柔らかすぎないように煮る。
- ③小豆をざるにあげ、茹で汁をきってから、鍋(または炊飯器)の底に平らに敷く。茹で汁は捨けない。
- ④もち米をざるにあげ、水気をきってから、小豆の上に平らに敷く。
- ⑤鍋に小豆の茹で汁を入れ、ふたをして炊く。
- ⑥炊きあがる少し前に砂糖をふりかけ、箸でところどころに穴をあけ、ふたを閉める。
- ⑦炊きあがったら、蒸らしの時に追い炊きをする(炊飯器のスイッチをもう一度入れる)。
- ⑧蒸らしが終わったら全体をかき混ぜ、塩を少々ふり、バットに移して冷ます。

も ち米と小豆をいっしょに炊いたものです。このふたつは相性がよく、ほどよい甘さに仕上げて食べると、腹持ちもよく元気が湧いてきます。お祝い事やお客様のもてなしに、また、子供たちのおやつや農作業の合間の一服にも、庄内地域の特に田川地区では昔から食べられているものです。

**農村部に伝わる、
素朴なおやつ。**