



# 花 餅



## < 材料 > 5～6個分

- ・ 米粉 50g    ・ 砂糖 40g    ・ 水 60g
- ・ 白玉粉 10g    ・ 水 10g    ・ 着色料・・・赤、緑

## < 作り方 >

- ①レンジ対応のボールに米粉・砂糖・水を加えてよく混ぜ合わせます。
- ②レンジで2分加熱し、混ぜてさらに30秒加熱します。
- ③へらでよく練り混ぜ、水に漬けて粗熱を取ります。
- ④水溶き白玉を加えて、手でこね合わせます。
- ⑤5gを緑、白生地 of 1/3 を赤に染めます。
- ⑥白生地・赤生地をそれぞれ2等分にし、白生地で赤生地を包みます。
- ⑦棒状にして2本合わせ2つ折りにします。ナイフで5～6個に切分け、緑生地で葉を付けます。
- ⑧2～3分茹でて水に取り、黒蜜でいただきます。



# 簡単お餅



## < 材 料 > 2本

### 《チョコ》

- ・ 上南粉 10g
- ・ 砂糖 10g
- ・ すりごま、塩、ココア少々
- ・ チョコスプレー 5g
- ・ 牛乳 10g強

### 《オレンジ》

- ・ 上南粉 10g
- ・ 砂糖 10g
- ・ すりごま、塩少々
- ・ 人参ジュース 10g

※アイスの棒 2本

## < 作り方 >

- ①ビニールの袋に粉・砂糖・すりごま・塩（チョコはココアも）を入れ軽く混ぜます。  
水分（牛乳・ジュース）を加え、袋を膨らませた状態で振りながら混ぜます。
- ②袋の角に生地を寄せてよくもみ、ひとまとめにして形を整え、アイスの棒を刺します。
- ③すぐ食べられますが1時間くらい置くとよりモチモチします。