



いこもち



ざいりょう【作りやすい分量】			
いこもち(黒糖)		いこもち(緑茶)	
いこもち粉	120g	いこもち粉	120g
粉黒糖	90g	上白糖	100g
熱湯	140 ml	粉緑茶	5g
打ち粉	小さじ2	熱湯	140ml
		打ち粉	小さじ2

1

ボウルにいこもち粉と砂糖などを入れ混ぜる。



緑茶のいこもちも同様につくります。

2

1に沸騰した湯を少しずつ加え、ゴムベラでよく混ぜる。



3

全体が混ざったら、手に水を付けながら、よくもみ込む。



4

ラップの上に打ち粉を振り3を棒状にする。

ラップに包み再度形を整え、好みの厚さに切り分ける。

※ 打ち粉は片栗粉でも、さつまいもでんぷん粉でもかまいません。



いこもち粉はもち米とうるち米をいって粉にしたものです。砂糖を黒糖に変えたり、緑茶やよもぎを加えたり様々なアレンジができます。



できあがり

げたんは



ざいりょう 材料【作りやすい分量】			
生地	はくりきこ 薄力粉	あわせてふるう	250g
	じゅうそう 重曹		4g
	こなこくとう 粉黒糖	溶かして冷ます	100g
みず 水	120 ml		
みつ	こなこくとう 粉黒糖	煮溶かす	150g
	みず 水		90ml

1

生地きじの粉黒糖こなこくとうと水みずをあわせと溶かし冷ましておく。



2

薄力粉はくりきこと重曹じゅうそうをあわせてふるう。



3

2に**1**を加え、粉っぽさがなくなるまで混ぜる。



4

天板てんぱんにクッキングシートをしき、**3**を手に水みずをつけ均等きんとうになるようにのばす。
190度どのオーブンで18分かん焼く。



5

4が焼き上がったら、みつざいりょうの材料にを煮溶かす。



6

4のあら熱ねつが取れたら三角形さんかくけいに切り、**5**にくぐらせる。



できあがり