

玄米ぼた餅

材料：小豆 400g、水 6C、塩小 1、醤油少々、差し水、餅玄米 1/2C、玄米 1C、水 1,2/3C、塩小 1/3、桜塩漬 20g（塩抜きしたもの）、梅酢、水適量、すり胡麻適量

調理手順：

- ① 小豆を選別し、サッと洗い水 6C を加え蓋をして中火にかける。沸いたら蓋を取り匂いを飛ばす。匂いが飛んだら再び蓋をして、差し水をしながら柔らかくなるまで煮る。
- ② 玄米と餅玄米を選別し、優しく両手のひらで洗米する。ざるに取り水を溜めたボールで振り洗いして水から上げ水を切る。
- ③ 圧力鍋に②と水 1,2/3C、塩小 1/3 を入れて萤火で 35 分かけた後強火にし、蒸気が出てから 2 分程おいて萤火で 40 分圧力を保ち最後にひと呼吸強火にして火からおろし 10 分蒸らす。
- ④ 桜の塩漬けを 10～20 花よけ、残りはみじん切りする。
- ⑤ ③に④を加えを熱い内にすりこぎで搗き 20 等分にし梅酢の手水をして丸める。
- ⑥ ①がゆるめの餡状に煮えたら塩小 1 を加える。必要なら醤油で味を整える。
- ⑦ ⑤に⑥を着せて桜の塩漬け又はすりごまを飾る。