

尾張
中村めし
とっておき
レシピ

デザート、おやつも中村めしで。

蓮根団子の五平もち風



▶ 作り方(ポイント)

《味噌だれ》

- ① 鍋に赤味噌、粗糖、本みりんを入れて、混ぜ合わせ火にかける。
- ② ふつふつとしてきたら、焦がさないように弱火にして2~3分練り、火を止める。

《蓮根団子》

- ① れんこんの皮をむき、すりおろす(粗くおろせば、ツブツブ感が残る団子になる)。
- ② ①と米粉と合わせて、耳たぶくらいの柔らかさになるようにこねる。柔らかいようならば、米粉(分量外)を加え、固いようなら水を加えて調整する。
- ③ できた生地を12等分して丸める。少し平らにつぶして形を整える(直径4cm、厚さ1.5cmくらい)。
- ④ 鍋に湯を沸かして、沸騰したら③を入れてゆでる。最初鍋座についていた団子が浮き上がり湯の中を動くようになったら(約5分)、引き上げて粗熱をとる。
- ⑤ 竹串を水でぬらしてから、団子を2個ずつ串に刺す。
- ⑥ 団子に味噌だれを塗って、オーブントースターで5分程焼き、香ばしく温める。



材料・分量
(3人前)

れんこん … 200g
米粉 … 100g
(固さ調整用に
米粉少々)

《味噌だれ》
赤味噌 … 40g
粗糖 … 大さじ2
本みりん … 大さじ2