

海外に自慢できる千葉県のめぐみ

いももち

材料（1人分）

里芋 30g
米粉 15g
砂糖 適宜
濃口醤油 適宜

作り方

- ①里芋をよく洗い、皮をむいて5mmくらいにスライスする。
- ②①を蒸し器に入れ、約10分蒸す。
- ③②をボールに移し、潰しながら米粉を少しずつ混ぜる。耳たぶくらいの固さになるまでこね、卵くらい大きさに丸めたら、再度20分蒸す。
- ④蒸しあがったらよくこね、棒状に成型する。好みの厚さにスライスし、両面焼く。
- ⑤砂糖醤油など、好みの味付けで食べる。



芋餅

千葉市では、戦前から里芋に米を混ぜ込んで炊き込んだ芋餅が食べられていました。米不足の際に、里芋を足してご飯を炊いたそうです。そして、農作業の合間や子どものおやつとして芋餅を食べたようです。

レシピの考案：千葉市共通（小学校用）