

笹団子

スチームモード

ホットエアモード

コンビモード

合計加熱調理時間 約20分

[1人分：160kcal／食塩相当量：0.0g]

笹をはがすとよもぎの香りが立ち込める新潟の名産品。モチモチとした食感とあんこの甘さが絶妙です。



材料 (10人分 [1人分1個])

<材料a>

もち粉	140g
上新粉	60g
上白糖	30g
乾燥よもぎ	15g
つぶあん	300g
笹の葉	30枚
い草	10本
サラダ油	適量

※掲載レシピはクックエブリオ ミニ専用のものとなります。
 ※掲載レシピは2段で検証をおこなっています。

分量

10人分 [1人分1個]

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	スチーム	—	20分	100℃

下ごしらえ

- ・笹の葉、い草は重曹(分量外)を加えたお湯で、柔らかくなるまでゆで、冷水にさらす。
- ・乾燥よもぎは熱湯で戻し、絞って水気を切っておく。絞った汁は120?ほど取っておく。
- ・粒あんは30gに丸める。

作り方

1. ボールに<材料a>を入れて混ぜ合わせ、絞ったよもぎを加え、よもぎの絞り汁を少しずつ加えてこね、耳たぶくらいの柔らかさにする。よもぎがよく混ざり、生地につやが出たら一つにまとめ、ラップをして常温で1時間程度寝かせる。
2. 1の生地を1個40gでとり、丸く広げて粒あんを包み、手にサラダ油を塗って俵型に整える。
3. 笹の葉2枚の表を上重ねて置き、2のをせ笹の葉1枚をかぶせて包み、い草で巻く。
4. 65mmの穴あきホテルパン2枚に3を並べ【設定1】で予熱後、加熱する。



調理ポイント

◆作り方2でサラダ油を塗ることで、食べるときに笹の葉から団子を取り出しやすくなる。