

「おつな姫」のずんだもち

エダマメのレンビ



色よし・味よし・香りよし、
おまけに栄養価も豊富

材料 (2人前)

エダマメ「おつな姫」(莢つき) 400g
砂糖 40g
塩 少々
水 大さじ 2〜3
餅 適量

下ごしらえ

「おつな姫」は塩もみし、たっぷりの湯でやわらかくなるまで 6〜7 分間ゆでてザルにあげます。冷めたら莢から出し、薄皮を取り除きます。

作り方

- 1 すり鉢に「おつな姫」を入れ、水大さじ 2 を加えて粒々感が残る程度にすりつぶします。
- 2 砂糖を加え、塩少々で味を調えます。
- 3 少しかたいようなら、ようすを見ながら水大さじ 1 を加えます。
- 4 湯に入れてやわらかくした餅に、3 の餡をのせます。餅に絡めて召し上がれ。

ポイント

- 冷凍保存ができるので、「おつな姫」がおいしい旬の時期に、たくさん作りおきができます。
- 「おつな姫」をすりつぶす時、ミキサーを使ってもよいでしょう。ただし、つぶしすぎに注意！ 粒が残るくらいが目安です。