

# 簡単 焼き桜餅

山形地区農村生活研究グループ協議会

## 作り方

- ① ボウルにAを入れ、よく混ぜておく。水を加えてだまにならないようによくかき混ぜる。色があつたほうがいい場合は食紅を少々入れる。餡を適当な大きさに丸めておく。
- ② ホットプレート(またはテフロン加工のフライパン)を温め、サラダ油を薄くひき、①のタネをお玉(またはスプーン)の背で楕円に薄くのばして焼く。
- ③ 表面が乾いてきたら裏返す。両面が乾いたら皮は完成。
- ④ 丸めておいた餡を包み、桜の葉の塩漬けを飾ってできあがり。

## ポイント

タネがだまにならないように、粉は最初によく混ぜておく。

### 材料 / 10~15個分

<b>A</b>	
上新粉(米粉)	50g
片栗粉	大さじ1
砂糖	大さじ2

食紅	少々
水	100cc
サラダ油	適量
餡	300g ~ 400g
さくらの葉の塩漬け	

### 用具

ボウル・ホットプレート(またはテフロン加工のフライパン)・お玉(またはスプーン)・フライ返し

# ささっとドーナッツ

山形地区農村生活研究グループ協議会

## 作り方

- ① ボウルにAを合わせ、だまがなくなるように混ぜる。
- ② 別のボウルでBを混ぜ合わせる。
- ③ ②に①の粉を加え、軽く混ぜ合わせる。
- ④ ゆるい生地なので、スプーンでとり160℃~170℃の油で揚げる。ぷっくり膨らんで浮き上がり、きれいなきつね色になるまで返しながら揚げ、取り出したら油をきっておく。
- ⑤ 粉砂糖などをまぶしていただく。

## ポイント

タネがだまにならないように、粉はよくかき混ぜておく。

### 材料 / ピンポン玉の大きさに25~30個分

<b>A</b>	
米粉	100g
小麦粉(薄力粉)	140g
ベーキングパウダー	4g
ごま	40g

<b>B</b>	
卵	2個
砂糖	70g
塩	5g
ヨーグルト	100g

揚げ油	適宜
粉砂糖などお好みで	

### 用具

ボウル2個・スプーン・フライパン

## 参考

ヘルシーで簡単、2つのボウルで混ぜ合わせるだけ。子供と一緒に3時のおやつ作りはいかがですか。甘さは控えめです。