

令和2年度米粉料理コンテスト入賞レシピ



『会津飯！米丸豆腐』

会津らしい米粉のお豆腐です！
おかずにも、お酒のおつまみにもピッタリ♪



〔材料・分量（4人前）〕

- ・米粉…200g
- ・かぼちゃ（レンジにかけてマッシュしたもの）…80g
- ・酒粕…大さじ1
- ・みそ…大さじ1
- ・甘酒…大さじ1
- ・熱湯…100ml
- ・もめん豆腐…100g
- ・棒鱈の煮物…100g
- ・桜えび（無着色）…10g
- ・じゅうねん（乾煎りしたもの）…大さじ2
- ・干し貝柱2個の戻し汁…400ml
- ・薄口しょうゆ…大さじ1
- ・根生姜のしぼり汁…大さじ1
- ・みりん、酒…各大さじ1
- ・米粉…大さじ2
- ・水…大さじ2
- ・ラー油…12滴くらい
- ・季節の野菜

〔作り方〕

- ①米粉に熱湯を少しずつ加えて混ぜる。
- ②①に水気を切ったもめん豆腐、かぼちゃ、Aを入れてよく混ぜ合わせる。
- ③②を12等分にしてBを入れ、丸めて茹でる。
- ④鍋にCを入れ煮立て、Dを加えてあんを作り、③にかける。お好みでラー油をかけ、季節の野菜を添える。

※茹で上がった③に米粉をまぶして菜種油で揚げると、お弁当のおかずになります。