

赤飯

材料 (4人分)

もち米	3合
あずき	50g~100g
塩	小さじ1/2
ごま塩	
├ 黒ごま	適量
└ 塩	適量



作り方

1. もち米を水でよく洗い、60分ぐらい水につけておく。
あずきは水洗いし、鍋に入れたつぷりの水を加えて約30~60分間つけておく。
2. あずきを鍋ごと火にかけ、沸騰したらざるにあけゆで汁を捨て、アク抜きをする。あずきを鍋に戻して水を加え、再び火にかけて沸騰したら弱火にしてやわらかくなるまで煮る。
3. あずきが柔らかくなったら、あずきと煮汁にわけると。
あずきは乾燥して割れないようアルミホイルかラップをかけておく。
煮汁は半分ずつにわけ、冷ましてから片方を水切りしたもち米に入れ、もち米に色づけするために30分つける。
4. せいろにむし布を敷きもち米を入れ、それを蒸気の出た鍋にのせ、もち米を強火で20分蒸す(真ん中を開けておくと蒸気のまわりがよい)
5. 蒸したもち米をボウルに入れ、塩を加えた残りの片方の煮汁をかけ、混ぜて煮汁を吸わす。
6. 再度、もち米をむし布の敷いたせいろに入れ、あずきを散らして強火で20分蒸す。
7. 炊き上がったらボウルにだし、あずきをつぶさないないように混ぜる。
8. 器に盛り、黒ごまと塩を混ぜたものをふりかける。

所要時間	20分(水に浸す時間、炊く時間を除く)
主な調理器具	せいろ、中華鍋、むし布(ふかし布)、ボウル