

材料		6個分
材 料 名	分量(g)	
米粉 (だんご粉)	150	g
水	120	cc
さつまいもの甘煮	6個	(60g)
《みたらしあん》		
水	200	cc
砂糖	50	g
醤油	45	g
片栗粉	20	g

### 作り方

- 鍋にみたらしあんの材料を全部入れ、泡だて器でよくかき混ぜる。火にかけて、とろみが出たら、弱火で1分程度焦げないようにしっかり練る。
- 米粉と水を耳たぶより少し硬いくらいに練る。蒸し器で、いくつかに分けた生地を、厚さを均等にして並べて10分程度蒸す。
- ボウルに水をはり、蒸し布ごと入れて、布からはがし、あら熱をとる。手でこねるか麺棒などでトントンつくとコシが出る。
- さつまいを生地の中に包んで、ぎゅっと指で搾って餅を切る。
- ④を①にからめる。



**料理の特徴**

鳴子の栗だんご風に仕上がります。芋の入っただんごとみたらしあんがマッチした、素朴で味わい深い和菓子です。

## 芋だんご



### 調理のポイント

- ☆なるべく水が餅生地に入らないようにするとコシが出ます。
- ☆芋の代わりに、栗を使用してもおいしく仕上がります。
- ☆てるてる坊主を作るように、ぎゅっと搾りあげます。
- ☆みたらしを作るときは、透明になってもすぐ火を止めずに、少し練ると分離しにくくなります。

### 学校給食向け材料

食 品 名	g / 1人	切り方等
米粉 (だんご粉)	25	
水	20	
さつまいも	10	角切り (5g)
砂糖	1	
食塩	0.05	
水	5	
砂糖	8.3	
こいくちしょうゆ	7.5	
でんぷん	3.3	
水	33	
(出来上がり目安量)	80g	
1個当たりのだんごの生地は、20gくらいです。		
一人2個当たりの量(g)です。		

### 大量調理時の作り方と調理のポイント

- みたらしあんの作り方は上記と同様です。
- さつまいもは水にさらす。釜にさつまいも、水、砂糖を入れ中火で煮る。ひたひたの水加減にする。煮えたら塩を加え、汁気をとばす。
  - ボウルに米粉、水を入れよくこねる。20gずつ丸める。
  - ②を平たく手でのぼし、②のさつまいもを真中において包む。
  - 沸騰したお湯にだんごを入れる。煮えると浮き上がってくるので、網ですくって水にとる。
  - みたらしあんにからめる。

### ポイント

- ・調理に手間がかかりますが、つるんとしただんごとあんの相性がいいです。一人2個としましたが大きく1個でもできます。
- ・中の具は栗の甘露煮、甘栗でもよい。